



# 9. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 19.08.2012

□□□□

Schudera, Matthias

□□: SSV Bad Salzungen

□□: 927

□□: 30.00 km

30 km-Lauf

□□□□:

Senioren M45

□□□: 2:49:36

□□: 10.61 km/h

□□□□: 5:39 min/km

□□□□□/□□□: 16 (of 27)

□□□□□/□: 15 (of 25)

□□□□□□: 2:09:01

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 2:46:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Pleß	18.00	1:45:18	5:50	2	0:59	17	24:07	18.00	1:45:18	5:50	2	0:59	12	3:59
Pleß	4.00	24:57	6:14	2	1:23	12	6:42	22.00	2:10:15	5:55	2	2:22	12	5:43
Festplatz	8.00	39:21	4:55	2	0:37	11	9:51	30.00	2:49:36	5:39	2	2:59	15	40:35