



# 9. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 19.08.2012

□□□□

**Appelfelder, Michael**

□□: LTV Saale-Rennsteig

□□: 620

□□: 21.10 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M30

□□□: 2:29:53

□□: 8.45 km/h

□□□□: 7:06 min/km

□□□□□/□□□: 65 (of 70)

□□□□□/□: 56 (of 59)

□□□□□□: 1:23:12

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 1:52:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Pleß	13.00	1:37:55	7:31	3	23:18	56	41:41	13.00	1:37:55	7:31	3	23:18	27	11:40
Festplatz	8.10	51:58	6:24	3	14:31	57	25:00	21.10	2:29:53	7:06	3	37:49	56	1:06:41