



9. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 19.08.2012

□□□□

Lauftreff Altensteiner Park

□□: Lauftreff Altensteiner Park

□□: 300

□□: 31.50 km

3 x 10,5 km

□□□□:

Männerstaffel

□□□: 3:31:15

□□: 8.80 km/h

□□□□: 6:43 min/km

□□□□□/□□□: 3 (of 3)

□□□□□/□□□: 3 (of 3)

□□□□□□: 3:16:58

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 3:16:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel 1	10.50	1:17:50	7:24	2	7:28	2	7:28	10.50	1:17:50	7:24	3	7:28	3	7:28
Wechsel 2	10.50	1:18:04	7:26	3	12:34	3	12:34	21.00	2:35:54	7:25	3	20:02	3	20:02
Festplatz	10.50	55:21	5:16	2	0:54	2	0:54	31.50	3:31:15	6:42	3	14:17	3	14:17