



Langenberg-Marathon  
Bruchhausen / 05.10.2013

□□□□

Wiemann, Ralf

□□: Feuerwache Hemer  
□□: 2226

□□: 70.00 km  
Mitteldistanz

□□□□:  
Senioren II

□□□: 4:33:17

□□: 15.37 km/h  
□□□□: 3:54 min/km

□□□□□/□□□: 70 (of 144)

□□□□□/□: 68 (of 135)

□□□□□□: 3:05:22

□□□□□: 35(of 66)

□□□□□□□: 3:05:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenkontrolle	35.00	2:11:43	3:45	34	40:42	67	40:42	35.00	2:11:43	3:45	10		69	12:15
□□	-	2:21:34	-	39	47:13	78	48:29	70.00	4:33:17	-	48	2:15:52	98	2:54:16