



7. Lönskrug \"Warm-up-Marathon\"
Hellental (Gemeinde Heinade) / 06.04.2014

□□□□

Adam, Siegfried

□□□: 1:43:17

□□: Horn Bad Meinberg

□□: 23.24 km/h

□□: 1

□□: 40.80 km

□□□□□/□□□: 49 (of 109)

Mitteldistanz

□□□□□/□: 49 (of 100)

□□□□□□: 1:24:36

□□□□:

□□□□□: 6(of 17)

Senioren II

□□□□□□□: 1:39:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	16.30	40:53	23.48	6	1:44	54	7:20	16.30	40:53	23.48	6	1:44	76	
□□ 2	20.40	52:15	22.97	6	1:17	50	9:24	36.70	1:33:08	23.19	6	3:01	22	
□□□ □□	4.10	10:09	23.65	7	0:32	53	1:57	40.80	1:43:17	23.24	6	3:27	49	18:41