



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

□□□□

Lampe, Jörg

□□□: 2:14:00

□□: 18.27 km/h

□□: 345

□□: 40.80 km

Mitteldistanz

□□□□□/□□□: 103 (of 109)

□□□□□/□: 97 (of 100)

□□□□□□: 1:24:36

□□□□:

Senioren II

□□□□□: 16(of 17)

□□□□□□□: 1:39:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
□□ 1	16.30	52:07	18.77	15	12:58	92	18:34	16.30	52:07	18.77	16	12:58	28	9:28
□□ 2	20.40	1:08:58	17.75	16	18:00	94	26:07	36.70	2:01:05	18.19	16	30:58	27	23:41
□□□ □□	4.10	12:55	19.05	16	3:18	95	4:43	40.80	2:14:00	18.27	16	34:10	97	49:24