



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

□□□□

Niehus, Andre

□□□: 54:37

□□: RSG

□□: 22.41 km/h

□□: 420

□□: 20.40 km

□□□□□/□□□: 14 (of 31)

Kurzdistanz

□□□□□/□: 14 (of 27)

□□□□□□: 44:20

□□□□:

□□□□□: 5(of 8)

Senioren I

□□□□□□□: 49:49

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|--------|-------|-------|-------|----|------|----|------|-------|-------|-------|----|------|----|-------|
| | km | □□ | km/h | - | - | □ | □ | km | □□ | km/h | - | - | □ | □ |
| □□ 1 | 16.30 | 43:15 | 22.61 | 4 | 3:42 | 13 | 7:44 | 16.30 | 43:15 | 22.61 | 4 | 3:42 | 1 | - |
| □□□ □□ | 4.10 | 11:22 | 21.64 | 5 | 1:41 | 14 | 2:33 | 20.40 | 54:37 | 22.41 | 5 | 4:48 | 14 | 10:17 |