



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

□□□□

Krüger, Volker

□□□: 1:33:24

□□: RC Endspurt Herford

□□: 25.70 km/h

□□: 73

□□: 40.80 km

□□□□□/□□□: 10 (of 109)

Mitteldistanz

□□□□□/□: 10 (of 100)

□□□□□□: 1:24:36

□□□□:

□□□□□: 5(of 36)

Senioren I

□□□□□□□: 1:30:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	16.30	37:04	25.90	5	1:37	12	3:31	16.30	37:04	25.90	23	-	-	66
□□ 2	20.40	47:22	25.33	4	1:27	9	4:31	36.70	1:24:26	25.58	21	-	-	64
□□□ □□	4.10	8:58	26.77	7	0:22	12	0:46	40.80	1:33:24	25.70	5	3:04	10	8:48