



16. Slusialauf  
Schleusingen / 04.05.2014

□□□□

Sauerteig, Jens

□□: Schalkau

□□: 199

□□: 14.10 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:07:02

□□: 12.62 km/h

□□□□: 4:45 min/km

□□□□□/□□□: 21 (of 55)

□□□□□/□: 19 (of 39)

□□□□□□: 52:46

□□□□□: 3(of 7)

□□□□□□□: 53:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Waldhaus	1.20	5:14	4:21	4	0:50	19	0:50	1.20	5:14	4:21	3	0:50	39		
Dreiherrnstein	2.60	15:31	5:58	3	3:10	19	3:14	3.80	20:45	5:27	3	4:00	11		
Ziel	10.30	46:17	4:29	3	9:13	19	10:12	14.10	1:07:02	4:45	3	13:13	19	14:16	