



16. Slusialauf

Schleusingen / 04.05.2014

□□□□

Schrader, Lutz

□□: Nahetal-Waldau

□□: 46

□□: 14.10 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:16:08

□□: 11.11 km/h

□□□□: 5:24 min/km

□□□□□/□□□: 40 (of 55)

□□□□□/□: 33 (of 39)

□□□□□□: 52:46

□□□□□: 6(of 7)

□□□□□□□: 53:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Waldhaus	1.20	5:44	4:46	6	1:20	30	1:20	1.20	5:44	4:46	6	1:20	1	-
Dreiherrnstein	2.60	17:30	6:43	6	5:09	31	5:13	3.80	23:14	6:06	6	6:29	14	
Ziel	10.30	52:54	5:08	6	15:50	32	16:49	14.10	1:16:08	5:23	6	22:19	33	23:22