



16. Slusialauf  
Schleusingen / 04.05.2014

□□□□

Barnikol, Andreas

□□: SV Schichtshöhn

□□: 1

□□: 21.10 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:36:21

□□: 13.08 km/h

□□□□: 4:34 min/km

□□□□□/□□□: 5 (of 26)

□□□□□/□: 5 (of 23)

□□□□□□: 1:31:56

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 1:31:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Waldhaus	1.20	5:06	4:15	3	0:29	6	0:29	1.20	5:06	4:15	1	-	7		
Dreiherrenstein	2.60	14:02	5:23	3	0:28	3	0:28	3.80	19:08	5:02	3	0:29	20		
Eiserne Hand	10.20	47:22	4:38	3	1:40	3	1:40	14.00	1:06:30	4:45	3	2:09	18		
Ziel	7.10	29:51	4:12	2	2:16	4	2:16	21.10	1:36:21	4:33	3	4:25	5	4:25	