



16. Slusialauf
Schleusingen / 04.05.2014

□□□□

Fischer, Sebastian

□□: Schleusingen

□□: 166

□□: 21.10 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:39:40

□□: 12.70 km/h

□□□□: 4:43 min/km

□□□□□/□□□: 6 (of 26)

□□□□□/□: 6 (of 23)

□□□□□□: 1:31:56

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 1:39:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Waldhaus	1.20	5:40	4:43	2	0:35	12	1:03	1.20	5:40	4:43	2	0:35	13	0:14	
Dreiherrnstein	2.60	14:58	5:45	1	-	6	1:24	3.80	20:38	5:25	1	-	19		
Eiserne Hand	10.20	49:04	4:48	1	-	6	3:22	14.00	1:09:42	4:58	3		22		
Ziel	7.10	29:58	4:13	1	-	5	2:23	21.10	1:39:40	4:43	1	-	6	7:44	