



16. Slusialauf
Schleusingen / 04.05.2014

□□□□

Spanaus, Ina

□□: Schleusingen

□□: 183

□□: 21.10 km

Halbmarathon

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:08:50

□□: 9.78 km/h

□□□□: 6:07 min/km

□□□□□/□□□: 22 (of 26)

□□□□□/□: 2 (of 3)

□□□□□□: 1:54:07

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 1:54:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Waldhaus	1.20	6:09	5:07	2	0:18	2	0:18	1.20	6:09	5:07	1	-	1	-
Dreiherrnstein	2.60	18:19	7:02	2	1:47	2	1:47	3.80	24:28	6:26	2	2:05	2	2:05
Eiserne Hand	10.20	1:04:28	6:19	2	6:34	2	6:34	14.00	1:28:56	6:21	2	8:39	2	8:39
Ziel	7.10	39:54	5:37	2	6:04	2	6:04	21.10	2:08:50	6:06	2	14:43	2	14:43