



17. Slusialauf

Schleusingen / 26.04.2015

□□□□

Vater, Georg

□□: Rennsteiglaufverein

□□: 424

□□: 21.10 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:53:00

□□: 11.15 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 27)

□□□□□/□: 14 (of 22)

□□□□□□: 1:26:52

□□□□□: 4(of 7)

□□□□□□□: 1:35:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Start Bergsprint	3.40	18:43	5:30	4	2:02	10	3:43	3.40	18:43	5:30	4	2:02	10	3:43
Ziel Bergsprint	0.40	2:38	6:34	5	0:57	15	0:57	3.80	21:21	5:37	4	2:59	14	4:38
Ziel	17.30	1:31:39	5:17	4	14:10	14	21:30	21.10	1:53:00	5:21	4	17:09	14	26:08