



17. Slusialauf

Schleusingen / 26.04.2015

□□□□

Krüger, Lars

□□: Rennsteiglaufverein

□□: 415

□□: 21.10 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:11:19

□□: 9.60 km/h

□□□□: 6:13 min/km

□□□□□/□□□: 23 (of 27)

□□□□□/□: 21 (of 22)

□□□□□□: 1:26:52

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 1:42:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Start Bergsprint	3.40	22:37	6:39	3	5:00	22	7:37	3.40	22:37	6:39	3	5:00	22	7:37
Ziel Bergsprint	0.40	2:38	6:34	3	0:27	15	0:57	3.80	25:15	6:38	3	5:05	20	8:32
Ziel	17.30	1:46:04	6:07	3	23:29	20	35:55	21.10	2:11:19	6:13	3	28:34	21	44:27