



1. Crosslauf Frauensee

Frauensee / 10.07.2016

□□□□

Nehrdich, Marcus

□□: Triathletenschmiede Werratal

□□: 25

□□: 8.21 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 35:18

□□: 13.60 km/h

□□□□: 4:18 min/km

□□□□□/□□□: 4 (of 35)

□□□□□/□: 4 (of 25)

□□□□□□: 33:02

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 34:51