



13. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2016

□□□□

Damm, Matthias

□□: Team Werraenergie

□□: 335

□□: 30.00 km

30 km Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 2:27:18

□□: 12.22 km/h

□□□□: 4:55 min/km

□□□□□/□□□: 10 (of 25)

□□□□□/□: 9 (of 19)

□□□□□□: 1:55:03

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 2:26:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Pleß Kontrolle	18.00	1:30:10	5:00	1	-	7	18:47	18.00	1:30:10	5:00	1	-	7	18:47
Pleß Kontrolle	4.00	20:39	5:09	2	0:11	8	4:17	22.00	1:50:49	5:02	1	-	7	23:04
Festplatz	8.00	36:29	4:33	3	2:33	11	9:11	30.00	2:27:18	4:54	2	0:54	9	32:15