



13. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2016

□□□□

Lesser, Holger

□□: Erfurt

□□: 342

□□: 30.00 km

30 km Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 3:13:46

□□: 9.29 km/h

□□□□: 6:28 min/km

□□□□□/□□□: 23 (of 25)

□□□□□/□: 18 (of 19)

□□□□□□: 1:55:03

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 2:31:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Pleß Kontrolle	18.00	1:56:20	6:27	2	19:40	18	44:57	18.00	1:56:20	6:27	2	19:40	18	44:57
Pleß Kontrolle	4.00	28:44	7:11	2	7:26	18	12:22	22.00	2:25:04	6:35	2	27:06	18	57:19
Festplatz	8.00	48:42	6:05	2	15:03	19	21:24	30.00	3:13:46	6:27	2	42:09	18	1:18:43