



14. Schneekopflauf

Schmiedefeld - Schneekopf / 02.07.2016

□□□□

Frenzel, Jürgen

□□: TuS Müschede 07

□□: 229

□□: 12.70 km

Schneekopflauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:18:39

□□: 9.15 km/h

□□□□: 6:11 min/km

□□□□□/□□□: 156 (of 267)

□□□□□/□: 144 (of 219)

□□□□□□: 47:54

□□□□□: 6(of 13)

□□□□□□□: 1:04:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
tiefster Punkt	0.80	4:17	5:21	7	1:02	132	1:39	0.80	4:17	5:21	7	1:02	132	1:39
oberhalb Alte Trä	5.50	36:05	6:33	6	7:09	142	15:00	6.30	40:22	6:24	6	8:11	141	16:39
Ziel	6.40	38:17	5:58	5	5:46	121	14:06	12.70	1:18:39	6:11	6	13:57	144	30:45