



19. Kirschlauf  
Kleinfahner/Thür. / 16.06.2019

□□□□

Henße, Christopher

□□: TG Albertas Klimawiszys

□□: 46

□□: 14.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:03:58

□□: 13.13 km/h

□□□□: 4:34 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 179)

□□□□□/□: 15 (of 128)

□□□□□□: 53:19

□□□□□: 3(of 11)

□□□□□□□: 59:50

□□□□

□□□□

□□□

| □□□       | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Kontrolle | 5.80     | 28:16    | 4:52         | 3       | 2:45    | 17      | 5:34    | 5.80      | 28:16     | 4:52          | 3       | 2:45    | 17      | 5:34    |
| Ziel      | 8.20     | 35:42    | 4:21         | 3       | 1:28    | 11      | 5:05    | 14.00     | 1:03:58   | 4:34          | 3       | 4:08    | 15      | 10:39   |