



19. Kirschlauf  
Kleinfahner/Thür. / 16.06.2019

□□□□

Adams, Ralph

□□: Erfurt

□□: 1

□□: 14.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:06:51

□□: 12.57 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 24 (of 179)

□□□□□/□: 22 (of 128)

□□□□□□: 53:19

□□□□□: 3(of 21)

□□□□□□□: 1:00:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Kontrolle	5.80	29:04	5:00	4	3:22	23	6:22	5.80	29:04	5:00	4	3:22	23	6:22
Ziel	8.20	37:47	4:36	3	3:07	22	7:10	14.00	1:06:51	4:46	3	6:29	22	13:32