



19. Kirschlauf
Kleinfahner/Thür. / 16.06.2019

□□□□

Hartwig, Maik

□□: Free Runner Sömmerda

□□: 130

□□: 14.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:09:23

□□: 12.11 km/h

□□□□: 4:58 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 179)

□□□□□/□: 31 (of 128)

□□□□□□: 53:19

□□□□□: 4(of 21)

□□□□□□□: 1:03:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Kontrolle	5.80	32:23	5:34	8	4:42	61	9:41	5.80	32:23	5:34	8	4:42	61	9:41
Ziel	8.20	37:00	4:30	3	1:17	19	6:23	14.00	1:09:23	4:57	4	5:59	31	16:04