



1. Werratalmarathon, M, 4-er Staffel, HM

Treffurt / 07.04.2019

□□□□

Die grimmigen Vier

□□□: 3:18:34

□□: 6

□□: 12.69 km/h

□□□□: 4:43 min/km

□□: 42.20 km

Staffel

□□□□□: 6 (of 15)

□□□□□□: 2:39:20

□□□□:

□□□□□: 4(of 10)

Männerstaffel

□□□□□□□: 2:39:20

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □□□ | □□ □□□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □□□ | □□ □□□ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|-----------|-----------|-------|---------|------|---------|---------|-----------|-----------|
| Ifta | 11.90 | 50:41 | 4:15 | 4 | 8:42 | 5 | 8:42 | 11.90 | 50:41 | 4:15 | 4 | 8:42 | 5 | 8:42 |
| Buchenau | 11.70 | 54:39 | 4:40 | 7 | 10:51 | 8 | 10:51 | 23.60 | 1:45:20 | 4:27 | 5 | 19:33 | 6 | 19:33 |
| Frankenroda | 9.40 | 51:14 | 5:27 | 8 | 14:33 | 11 | 14:33 | 33.00 | 2:36:34 | 4:44 | 5 | 31:21 | 7 | 31:21 |
| Uferstraße in Tre | 9.20 | 42:00 | 4:33 | 6 | 7:53 | 8 | 8:21 | 42.20 | 3:18:34 | 4:42 | 4 | 39:14 | 6 | 39:14 |