



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

Treffurt / 07.04.2019

□□□□

Griesang, Jens

□□□: 4:39:22

□□: Erlangen

□□: 9.02 km/h

□□: 116

□□□□: 6:37 min/km

□□: 42.20 km

□□□□□/□□□: 55 (of 75)

Marathon

□□□□□/□: 49 (of 67)

□□□□□□: 2:59:48

□□□□:

□□□□□: 10(of 15)

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□□□□□: 3:18:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ifta	11.90	1:17:48	6:32	13	20:39	53	29:48	11.90	1:17:48	6:32	13	20:39	53	29:48	
Buchenau	11.70	1:15:57	6:29	11	20:53	49	28:21	23.60	2:33:45	6:30	11	40:57	50	57:30	
Frankenroda	9.40	1:03:30	6:45	10	21:01	49	24:15	33.00	3:37:15	6:34	11	1:01:58	50	1:21:45	
Uferstraße in Tre	9.20	1:02:07	6:45	9	18:58	40	21:13	42.20	4:39:22	6:37	10	1:20:56	49	1:39:34	