



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

Treffurt / 07.04.2019

□□□□

Steinmetz, Thomas

□□□: 1:49:35

□□: Creuzburg

□□: 11.50 km/h

□□: 273

□□□□: 5:11 min/km

□□: 21.10 km

□□□□□/□□□: 22 (of 72)

Halbmarathon

□□□□□/□: 19 (of 52)

□□□□□□: 1:30:37

□□□□:

□□□□□: 3(of 9)

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□□□□□: 1:37:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Frankenroda	11.70	1:02:55	5:22	4	6:44	23	11:46	11.70	1:02:55	5:22	4	6:44	23	11:46	
Uferstraße in Tre	9.40	46:40	4:57	3	5:21	16	7:12	21.10	1:49:35	5:11	3	12:05	19	18:58	