



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

Treffurt / 07.04.2019

□□□□

Schwachheim, Benjamin

□□□: 1:49:54

□□: Eisenach

□□: 11.46 km/h

□□: 237

□□□□: 5:13 min/km

□□: 21.10 km

□□□□□/□□□: 23 (of 72)

Halbmarathon

□□□□□/□: 20 (of 52)

□□□□□□: 1:30:37

□□□□:

□□□□□: 3(of 7)

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□□□□□: 1:35:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Frankenroda	11.70	1:01:42	5:16	4	7:58	19	10:33	11.70	1:01:42	5:16	4	7:58	19	10:33	
Uferstraße in Tre	9.40	48:12	5:07	3	6:33	22	8:44	21.10	1:49:54	5:12	3	14:31	20	19:17	