



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

Treffurt / 07.04.2019

□□□□

Stegmann, Thomas

□□□: 1:54:39

□□: Lauftreff Altensteiner Park

□□: 10.99 km/h

□□: 240

□□□□: 5:26 min/km

□□: 21.10 km

□□□□□/□□□: 37 (of 72)

Halbmarathon

□□□□□/□: 28 (of 52)

□□□□□□: 1:30:37

□□□□:

□□□□□: 6(of 8)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□□□□□: 1:38:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Frankenroda	11.70	1:05:40	5:36	6	10:38	30	14:31	11.70	1:05:40	5:36	6	10:38	30	14:31
Uferstraße in Tre	9.40	48:59	5:12	5	6:47	25	9:31	21.10	1:54:39	5:26	6	16:06	28	24:02