



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

Treffurt / 07.04.2019

□□□□

Wiesemann, Karl-Heinz

□□□: 1:54:56

□□: Lauffeuer XXL Lauftreff

□□: 10.96 km/h

□□: 254

□□□□: 5:27 min/km

□□: 21.10 km

□□□□□/□□□: 39 (of 72)

Halbmarathon

□□□□□/□: 30 (of 52)

□□□□□□: 1:30:37

□□□□:

□□□□□: 5(of 9)

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□□□□□: 1:37:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Frankenroda	11.70	1:05:10	5:34	5	8:59	27	14:01	11.70	1:05:10	5:34	5	8:59	27	14:01
Uferstraße in Tre	9.40	49:46	5:17	5	8:27	27	10:18	21.10	1:54:56	5:26	5	17:26	30	24:19