



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

Treffurt / 07.04.2019

□□□□

Schiffhauer, Mario

□□□: 1:38:05

□□: SV1930 Frauensee

□□: 12.85 km/h

□□: 268

□□□□: 4:39 min/km

□□: 21.10 km

□□□□□/□□□: 5 (of 72)

Halbmarathon

□□□□□/□: 5 (of 52)

□□□□:

□□□□□: 1(of 7)

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□□□□□: 1:38:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Frankenroda	11.70	56:32	4:49	2	0:44	8	5:23	11.70	56:32	4:49	2	0:44	8	5:23
Uferstraße in Tre	9.40	41:33	4:25	1	-	4	2:05	21.10	1:38:05	4:38	1	-	5	7:28