



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

Treffurt / 07.04.2019

□□□□

Wolter, Steffen

□□□: 2:05:22

□□: RennsteigSpirit.Training

□□: 10.10 km/h

□□: 248

□□□□: 5:56 min/km

□□: 21.10 km

□□□□□/□□□: 57 (of 72)

Halbmarathon

□□□□□/□: 42 (of 52)

□□□□□□: 1:30:37

□□□□:

□□□□□: 8(of 9)

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□□□□□: 1:37:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Frankenroda	11.70	1:09:10	5:54	8	12:59	43	18:01	11.70	1:09:10	5:54	8	12:59	43	18:01	
Uferstraße in Tre	9.40	56:12	5:58	8	14:53	41	16:44	21.10	2:05:22	5:56	8	27:52	42	34:45	