



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

Treffurt / 07.04.2019

□□□□

Pohl, Wolfgang

□□□: 2:12:32

□□: Laufgruppe Treffurt

□□: 9.51 km/h

□□: 231

□□□□: 6:17 min/km

□□: 21.10 km

□□□□□/□□□: 59 (of 72)

Halbmarathon

□□□□□/□: 43 (of 52)

□□□□□□: 1:30:37

□□□□:

□□□□□: 2(of 2)

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□□□□□: 2:03:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Frankenroda	11.70	1:08:32	5:51	2	3:00	42	17:23	11.70	1:08:32	5:51	2	3:00	42	17:23	
Uferstraße in Tre	9.40	1:04:00	6:48	2	6:20	46	24:32	21.10	2:12:32	6:16	2	9:20	43	41:55	