



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

Treffurt / 07.04.2019

0000

Ernst, Marcel

000: 3:25:10

00: Lauffeuer Fröttstädt

00: 12.28 km/h

00: 142

0000: 4:52 min/km

00: 42.20 km

00000/000: 9 (of 75)

Marathon

00000/0: 9 (of 67)

000000: 2:59:48

0000:

00000: 1(of 3)

Senioren M30 (30-34 Jahre)

0000000: 3:25:10

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Ifta	11.90	56:15	4:43	2	6:33	9	8:15	11.90	56:15	4:43	2	6:33	9	8:15
Buchenau	11.70	55:56	4:46	2	4:54	10	8:20	23.60	1:52:11	4:45	2	11:27	9	15:56
Frankenroda	9.40	44:38	4:44	1	-	8	5:23	33.00	2:36:49	4:45	2	4:40	10	21:19
Uferstraße in Tre	9.20	48:21	5:15	1	-	14	7:27	42.20	3:25:10	4:51	1	-	9	25:22