



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

Treffurt / 07.04.2019

□□□□

Dr. Nautscher-Timmermann, Stephan □□□: 3:26:05

□□: www.lindenapotheke-mhl.de

□□: 12.23 km/h

□□: 178

□□□□: 4:53 min/km

□□: 42.20 km

□□□□□/□□□: 10 (of 75)

Marathon

□□□□□/□: 10 (of 67)

□□□□□□: 2:59:48

□□□□:

□□□□□: 2(of 12)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□□□□□: 3:24:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ifta	11.90	52:52	4:26	1	-	5	4:52	11.90	52:52	4:26	1	-	5	4:52	
Buchenau	11.70	57:29	4:54	5	1:57	17	9:53	23.60	1:50:21	4:40	1	-	7	14:06	
Frankenroda	9.40	46:03	4:53	1	-	10	6:48	33.00	2:36:24	4:44	1	-	9	20:54	
Uferstraße in Tre	9.20	49:41	5:24	4	2:41	17	8:47	42.20	3:26:05	4:53	2	1:52	10	26:17	