



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

Treffurt / 07.04.2019

□□□□

Heß, Torsten

□□: LG Rippershausen

□□: 118

□□: 42.20 km

Marathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 3:27:07

□□: 12.17 km/h

□□□□: 4:55 min/km

□□□□□/□□□: 12 (of 75)

□□□□□/□: 12 (of 67)

□□□□□□: 2:59:48

□□□□□: 2(of 15)

□□□□□□□: 3:18:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ifta	11.90	57:09	4:48	1	-	13	9:09	11.90	57:09	4:48	1	-	13	9:09	
Buchenau	11.70	56:39	4:50	2	1:35	13	9:03	23.60	1:53:48	4:49	2	1:00	14	17:33	
Frankenroda	9.40	47:20	5:02	2	4:51	14	8:05	33.00	2:41:08	4:52	2	5:51	15	25:38	
Uferstraße in Tre	9.20	45:59	4:59	2	2:50	7	5:05	42.20	3:27:07	4:54	2	8:41	12	27:19	