



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

Treffurt / 07.04.2019

□□□□

Dittmann, Jens

□□□: 1:41:18

□□: Rot Weiß Scherbda

□□: 12.44 km/h

□□: 209

□□□□: 4:48 min/km

□□: 21.10 km

□□□□□/□□□: 9 (of 72)

Halbmarathon

□□□□□/□: 9 (of 52)

□□□□□□: 1:30:37

□□□□:

□□□□□: 3(of 8)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□□□□□: 1:38:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Frankenroda	11.70	59:06	5:03	3	4:04	11	7:57	11.70	59:06	5:03	3	4:04	11	7:57	
Uferstraße in Tre	9.40	42:12	4:29	1	-	6	2:44	21.10	1:41:18	4:48	3	2:45	9	10:41	