



20. Kirschlauf  
Kleinfahner/Thür. / 12.06.2022

□□□□

**martin ruhland**

□□: blau weiß Lengenfeld

□□: 147

□□: 14.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59)

□□□: 1:18:23

□□: 10.72 km/h

□□□□: 5:35 min/km

□□□□□/□□□: 66 (of 163)

□□□□□/□: 55 (of 120)

□□□□□□: 50:40

□□□□□: 6(of 21)

□□□□□□□: 1:02:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Kontrolle 31	5.80	33:09	5:42	8	6:09	60	11:17	5.80	33:09	5:42	8	6:09	60	11:17
Ziel	8.20	45:14	5:30	6	9:24	58	16:26	14.00	1:18:23	5:35	6	15:33	55	27:43