



26. Hainichlauf und 3. Werratalmarathon

Mihla / 01.05.2022

□□□□

Rückert, Jens

□□: Arnstadt

□□: 532

□□: 42.20 km

Marathon

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 4:11:27

□□: 10.02 km/h

□□□□: 5:58 min/km

□□□□□/□□□: 22 (of 39)

□□□□□/□: 20 (of 36)

□□□□□□: 3:02:33

□□□□□: 4(of 6)

□□□□□□□: 3:02:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Falken	11.60	59:32	5:07	3	13:31	18	13:31	11.60	59:32	5:07	3	13:31	18	13:31	
Volteroda	12.30	1:08:54	5:36	3	15:52	17	15:56	23.90	2:08:26	5:22	3	29:23	18	29:27	
Creuzburg	9.10	56:50	6:14	3	17:38	20	17:38	33.00	3:05:16	5:36	2	47:01	16	47:01	
Mihla	9.20	1:06:11	7:11	3	21:53	20	21:53	42.20	4:11:27	5:57	4	1:08:54	20	1:08:54	