



12. Inselsberg Marathon

Bad Tabarz / 02.07.2023

□□□□

Paul Döring

□□: Muskelkater

□□: 9

□□: 54.90 km

3 Runden

□□□□:

B - männliche Jugend U17

□□□: 4:23:26

□□: 12.30 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 15)

□□□□□/□: 7 (of 14)

□□□□□□: 3:14:53

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 4:23:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Runde	18.30	1:28:06	4:48	1	-	13	24:00	18.30	1:28:06	4:48	1	-	13	24:00
□□□	18.30	1:28:41	4:50	1	-	10	25:06	36.60	2:56:47	4:49	1	-	12	46:41
Pumptrack	18.30	1:26:39	4:44	1	-	10	1:26:39	54.90	4:23:26	4:47	1	-	7	1:08:33