



32. Ohratalsperrenlauf

Parkplatz an der Ohratalsperre / 01.05.2023

□□□□

Friedrich, Marcel

□□□: 1:18:23

□□: Ohrdruf

□□: 12.25 km/h

□□: 32

□□□□: 4:54 min/km

□□: 16.00 km

□□□□□/□□□: 18 (of 154)

16 km-Lauf

□□□□□/□: 17 (of 92)

□□□□□□: 59:39

□□□□:

□□□□□: 4(of 23)

Senioren M40 (40-44)

□□□□□□□: 1:06:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Zwischenzeit	8.00	40:34	5:04	4	6:49	21	10:33	8.00	40:34	5:04	4	6:49	21	10:33	
Parkplatz an der	8.00	37:49	4:43	4	4:45	16	8:11	16.00	1:18:23	4:53	4	11:34	17	18:44	