



32. Ohratalsperrenlauf

Parkplatz an der Ohratalsperre / 01.05.2023

□□□□

Spittel, Frank Michael

□□: TRCT Racing Team

□□: 123

□□: 16.00 km

16 km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49)

□□□: 1:29:25

□□: 10.74 km/h

□□□□: 5:35 min/km

□□□□□/□□□: 59 (of 154)

□□□□□/□: 44 (of 92)

□□□□□□: 59:39

□□□□□: 7(of 15)

□□□□□□□: 1:20:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Zwischenzeit	8.00	44:56	5:36	7	4:04	42	14:55	8.00	44:56	5:36	7	4:04	42	14:55	
Parkplatz an der	8.00	44:29	5:33	11	4:46	55	14:51	16.00	1:29:25	5:35	7	8:50	44	29:46	