



32. Ohratalsperrenlauf

Parkplatz an der Ohratalsperre / 01.05.2023

□□□□

Thoma, Heiko

□□□: 1:45:01

□□: Lauffreunde Friedenstein

□□: 9.14 km/h

□□: 133

□□□□: 6:34 min/km

□□: 16.00 km

□□□□□/□□□: 125 (of 154)

16 km-Lauf

□□□□□/□: 85 (of 92)

□□□□□□: 59:39

□□□□:

□□□□□: 3(of 3)

Senioren M55 (55-59)

□□□□□□□: 1:33:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Zwischenzeit	8.00	53:21	6:40	3	7:28	87	23:20	8.00	53:21	6:40	3	7:28	87	23:20
Parkplatz an der	8.00	51:40	6:27	3	5:06	81	22:02	16.00	1:45:01	6:33	3	12:01	85	45:22