



# WBG Zukunft Gerauelauf

Erfurt / 03.06.2023

□□□□

## Jan-Olaf Römhild

□□: Mittwochslaufgruppe

□□: 229

□□: 21.00 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54)

□□□: 1:57:37

□□: 10.71 km/h

□□□□: 5:36 min/km

□□□□□/□□□: 24 (of 35)

□□□□□/□: 22 (of 28)

□□□□□□: 1:16:53

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 1:28:39

□□□□

□□□□

□□□

| □□□             | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Zwischenzeit I  | -        | 7:04     | -            | 2       | 1:28    | 21      | 2:19    | -     | 7:04      | -         | 2             | 1:28    | 21      | 2:19    |         |
| Zwischenzeit II | -        | 18:57    | -            | 2       | 4:24    | 21      | 5:55    | -     | 26:01     | -         | 2             | 5:52    | 21      | 8:14    |         |
| Zwischenzeit I  | -        | 22:29    | -            | 2       | 5:08    | 21      | 7:00    | -     | 48:30     | -         | 2             | 11:00   | 21      | 15:14   |         |
| Zwischenzeit II | -        | 23:52    | -            | 2       | 5:45    | 21      | 7:48    | -     | 1:12:22   | -         | 2             | 16:45   | 21      | 23:02   |         |
| Zwischenzeit I  | -        | 24:57    | -            | 2       | 6:39    | 21      | 9:23    | -     | 1:37:19   | -         | 2             | 23:24   | 21      | 32:25   |         |
| Ziel            | -        | 20:18    | -            | 2       | 5:34    | 22      | 8:19    | 21.00 | 1:57:37   | -         | 2             | 28:58   | 22      | 40:44   |         |