



4.Werratalmarathon, Halbmarathon, Staffel

Treffurt / 02.04.2023

□□□□

Kämmerer, Jens

□□□: 5:33:19

□□: verlaufen und trotzdem angekommen

□□: 7.60 km/h

□□: 624

□□□□: 7:54 min/km

□□: 42.20 km

□□□□□/□□□: 58 (of 63)

Marathon

□□□□□/□: 48 (of 52)

□□□□□□: 3:03:52

□□□□:

□□□□□: 10(of 10)

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□□□□□: 3:35:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ifta	11.70	1:21:13	6:56	10	22:44	50	29:46	11.70	1:21:13	6:56	10	22:44	50	29:46
Buchenau	11.80	1:28:06	7:27	10	31:08	49	37:40	23.50	2:49:19	7:12	10	53:52	49	1:07:26
Frankenroda	9.40	1:22:06	8:44	10	33:44	47	41:23	32.90	4:11:25	7:38	10	1:26:10	47	1:48:49
Treffurt	9.30	1:21:54	8:48	10	33:43	47	40:38	42.20	5:33:19	7:53	10	1:58:19	48	2:29:27