



4.Werratalmarathon, Halbmarathon, Staffel

Treffurt / 02.04.2023

□□□□

Gast, Thomas

□□: Frankenroda

□□: 612

□□: 42.20 km

Marathon

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 5:43:27

□□: 7.37 km/h

□□□□: 8:08 min/km

□□□□□/□□□: 59 (of 63)

□□□□□/□: 49 (of 52)

□□□□□□: 3:03:52

□□□□□: 7(of 7)

□□□□□□□: 3:57:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Ifta	11.70	1:20:56	6:55	5	19:12	49	29:29	11.70	1:20:56	6:55	5	19:12	49	29:29
Buchenau	11.80	1:32:43	7:51	7	32:47	51	42:17	23.50	2:53:39	7:23	6	51:59	50	1:11:46
Frankenroda	9.40	1:24:43	9:00	7	30:17	49	44:00	32.90	4:18:22	7:51	7	1:22:16	49	1:55:46
Treffurt	9.30	1:25:05	9:08	7	29:09	48	43:49	42.20	5:43:27	8:08	7	1:46:27	49	2:39:35