



4.Werratalmarathon, Halbmarathon, Staffel

Treffurt / 02.04.2023

□□□□

Opl, Manfred

□□: 100 Marathon Club / LG Vellmar

□□: 664

□□: 42.20 km

Marathon

□□□□:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 4:15:17

□□: 9.92 km/h

□□□□: 6:03 min/km

□□□□□/□□□: 39 (of 63)

□□□□□/□: 33 (of 52)

□□□□□□: 3:03:52

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 3:44:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ifta	11.70	1:08:21	5:50	2	5:03	23	16:54	11.70	1:08:21	5:50	2	5:03	23	16:54	
Buchenau	11.80	1:07:13	5:41	2	5:35	24	16:47	23.50	2:15:34	5:46	2	10:38	22	33:41	
Frankenroda	9.40	54:39	5:48	2	4:47	25	13:56	32.90	3:10:13	5:46	2	15:25	28	47:37	
Treffurt	9.30	1:05:04	6:59	2	15:49	36	23:48	42.20	4:15:17	6:02	2	31:14	33	1:11:25	