

## Senioren M30

### 10km Straßenlauf

Senioren M30

41:03	Sebastian, Brian	1989	LLG Wonnegau	08.09.2019	Worms
1:00:06	Schmittinger, Oliver	1985	LLG Wonnegau	28.07.2019	Kaiserslautern

### Halbmarathon

Senioren M30

1:26:59	Helbig, Benjamin	1988	LLG Wonnegau	10.03.2019	Kandel
1:32:50	Sebastian, Brian	1989	LLG Wonnegau	10.05.2019	Mannheim
1:38:04	Balz, Christopher	1989	LLG Wonnegau	30.03.2019	München
1:38:36	Autenrieth, Benjamin	1985	LLG Wonnegau	10.03.2019	Kandel

### Marathon

Senioren M30

2:51:57	Woog, David	1989	LC Bingen	27.10.2019	Frankfurt
---------	-------------	------	-----------	------------	-----------

### Stabhochsprung

Senioren M30

4,20	Lüsse, Johannes	1985	TSV SCHOTT Mainz	15.05.2019	Oppenheim
------	-----------------	------	------------------	------------	-----------