

# **Thilo Plhak**

*Südlohner Lauftreff e.V.*

*hat beim*

***Nordic-Walking 7,5 km***

*in der Zeit von*

***00:56:45.30***  
*(7:34 min./km)*

***den 2. Platz***

*in der M/W-Wertung erreicht.*

*Das ist der 2. Platz in der Gesamtwertung.*

***Das ist der 1. Platz in der AK M 50.***

*Velen, 20.6.2026*