



# 3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

## Detailauswertung

**LORENZ, Heike**

Verein: Bad Langensalza

Startnummer: 8

Strecke: 12,50 km

12,5 km -Lauf

Kategorie:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 1:18:09**

Geschwindigkeit: 9,21 km/h

Laufleistung: 6:15 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 229 (von 267)

Strecken-Platzierung/Frauen: 54 (von 71)

Bestzeit der Strecke: 55:52

Kategorie-Platzierung: 10(von 14)

Bestzeit in der Kategorie: 1:04:37

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Runde 1	0,50	3:02	6:03	10	0:45	55	1:04	0,50	3:02	6:03	10	0:45	55	1:04
Runde 2	9,00	51:35	5:43	10	8:26	55	13:59	9,50	54:37	5:44	10	9:11	55	15:00
Letzte Runde Ziel	3,00	23:32	7:50	9	4:21	51	7:17	12,50	1:18:09	6:15	10	13:32	54	22:17