



# 3Türmelauf

Bad Langensalza / 14.04.2019

## Detailauswertung

**Holder, Marco**

Verein: Eisenach  
Startnummer: 1263

Strecke: 5,00 km  
5 km - Lauf

Kategorie:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 30:07**

Geschwindigkeit: 9,96 km/h  
Laufleistung: 6:01 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 149 (von 238)  
Strecken-Platzierung/Männer: 101 (von 130)  
Bestzeit der Strecke: 17:44

Kategorie-Platzierung: 11(von 12)  
Bestzeit in der Kategorie: 22:13

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	4,55	27:50	6:07	11	7:15	102	18:34	4,55	27:50	6:07	11	7:15	102	18:34
Letzte Runde Ziel	0,45	2:17	5:04	11	0:41	106	1:00	5,00	30:07	6:01	11	7:54	101	12:23