



## 3Türmelauf

Bad Langensalza / 19.04.2015

### evaluación detallada

**Friedrich, Adrian**

Asociación: CrossFit Erfurt

Dorsal: 37

recorrido: 5.00 km

5 km - Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 18:39

velocidad: 16.09 km/h

rendimiento en carrera: 3:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 2 (de 227)

posición en el recorrido/Men: 2 (de 124)

mejor tiempo del recorrido: 17:46

posición en la categoría: 2(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 17:46