



## 3Türmelauf

Bad Langensalza / 30.04.2017

### evaluación detallada

**FRIEDRICH, Adrian**

Asociación: CrossFit Erfurt

Dorsal: 1036

recorrido: 5.00 km

5 km - Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 19:13

velocidad: 15.61 km/h

rendimiento en carrera: 3:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 3 (de 251)

posición en el recorrido/Men: 3 (de 141)

mejor tiempo del recorrido: 18:14

posición en la categoría: 1(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 19:13