



## 3Türmelauf

Bad Langensalza / 30.04.2017

### Exploitation détaillée

**FRIEDRICH, Adrian**

Association: CrossFit Erfurt

Dossard: 1036

Circuit: 5.00 km

5 km - Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 19:13

Vitesse: 15.61 km/h

Kilométrage: 3:50 min/km

Place par parcours/Total: 3 (de 251)

Place par parcours/Hommes: 3 (de 141)

Meilleur temps dans le parcours: 18:14

Place par catégorie: 1(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 19:13