



# 3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

## Exploitation détaillée

### Puderbach, Heidrun

Association: LSZ

Dossard: 1253

Circuit: 5.00 km

5 km - Lauf

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 30:44

Vitesse: 9.76 km/h

Kilométrage: 6:09 min/km

Place par parcours/Total: 148 (de 232)

Place par parcours/Femmes: 46 (de 96)

Meilleur temps dans le parcours: 20:57

Place par catégorie: 9(de 13)

Meilleur temps dans la catégorie: 25:24

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Tour 1	0.50	2:51	5:42	8	0:39	52	1:06	0.50	2:51	5:42	8	0:39	52	1:06	0.50	2:51	5:42	8	0:39	52	1:06	0.50	2:51	5:42	8	0:39	52	1:06
Tour 2	4.00	25:13	6:18	10	4:30	47	8:04	4.50	28:04	6:14	9	5:09	47	9:07	4.50	28:04	6:14	9	5:09	47	9:07	4.50	28:04	6:14	9	5:09	47	9:07
Dernier temps Zi	0.50	2:40	5:19	6	0:11	40	0:40	5.00	30:44	6:08	9	5:20	46	9:47	5.00	30:44	6:08	9	5:20	46	9:47	5.00	30:44	6:08	9	5:20	46	9:47