



3Türmelauf  
Bad Langensalza / 14.04.2019

## Exploitation détaillée

**Spaar, Sebastian**

Association: Running Turtle  
Dossard: 128

Circuit: 12.50 km  
12,5 km -Lauf

Catégorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 54:36

Vitesse: 13.19 km/h  
Kilométrage: 4:22 min/km

Place par parcours/Total: 30 (de 211)  
Place par parcours/Hommes: 29 (de 156)

Meilleur temps dans le parcours: 41:01

Place par catégorie: 6(de 17)

Meilleur temps dans la catégorie: 44:21