



Thüringen Pokal 2018 und TRL
Arnstadt / 14.04.2018

□□□□

Heinert, Nils

□□: OLV Weimar

□□□: 30:05

□□□□: 9:42 min/km

□□: 3.10 km / 15 □□

□□□□:

H14 (Herren bis 14)

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□: 28:36

□□: 1:29

□□□□

□□	□□ □□	□□ -	□□ -	□□ %	□□□ □□	□□ -	□□ -	□□ %
1 (33)	0:55	2	0:01	1.9	0:55	2	0:01	1.9
2 (36)	1:10	2	0:03	4.5	2:05	2	0:04	3.3
3 (40)	1:30	1	-	-	3:35	1	-	-
4 (50)	3:37	2	0:22	11.3	7:12	2	0:21	5.1
5 (71)	1:38	1	-	-	8:50	2	0:17	3.3
6 (72)	-	0	-	-	8:50	2	0:17	3.3
7 (63)	4:26	2	0:11	4.3	13:16	2	0:28	3.7
8 (62)	1:43	1	-	-	14:59	2	0:10	1.1
9 (60)	1:54	1	-	-	16:53	1	-	-
10 (59)	1:16	2	0:01	1.3	18:09	1	-	-
11 (73)	1:55	1	-	-	20:04	1	-	-
12 (57)	1:39	3	0:37	59.7	21:43	2	0:14	1.1
13 (51)	2:28	1	-	-	24:11	2	0:01	0.1
14 (52)	1:45	3	0:41	64.1	25:56	2	0:42	2.8
15 (100)	3:54	2	0:43	22.5	29:50	2	1:25	5.0
□□	0:15	2	0:04	36.4	30:05	2	1:29	5.2