



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

PAUL, Denis

□□: Kirchheilingen

□□: 1076

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 25:59

□□: 11.55 km/h

□□□□: 5:12 min/km

□□□□□/□□□: 58 (of 232)

□□□□□/□: 45 (of 136)

□□□□□□: 18:55

□□□□□: 3(of 11)

□□□□□□□: 25:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:12	4:24	3	0:08	37	0:39	0.50	2:12	4:24	3	0:08	37	0:39
□□ 2	4.00	21:28	5:21	3	1:15	46	5:57	4.50	23:40	5:15	3	0:45	45	6:36
□□□ Ziel	0.50	2:19	4:38	2	0:01	43	0:29	5.00	25:59	5:11	3	0:46	45	7:04