



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Bärhold, Ingo

□□: SG Merxleben 1921

□□: 1245

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 27:28

□□: 10.92 km/h

□□□□: 5:29 min/km

□□□□□/□□□: 86 (of 232)

□□□□□/□: 70 (of 136)

□□□□□□: 18:55

□□□□□: 6(of 11)

□□□□□□□: 25:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:33	5:05	6	0:29	58	1:00	0.50	2:33	5:05	6	0:29	58	1:00	
□□ 2	4.00	22:28	5:36	6	2:15	71	6:57	4.50	25:01	5:33	6	2:06	70	7:57	
□□□ Ziel	0.50	2:27	4:54	4	0:09	65	0:37	5.00	27:28	5:29	6	2:15	70	8:33	