



3Türmelauf
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Nachtigall, Thiuy

□□: Iron Palace

□□: 1280

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 29:51

□□: 10.05 km/h

□□□□: 5:58 min/km

□□□□□/□□□: 126 (of 232)

□□□□□/□: 36 (of 96)

□□□□□□: 20:57

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 29:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:20	4:40	1	-	18	0:35	0.50	2:20	4:40	1	-	18	0:35
□□ 2	4.00	24:39	6:09	2	0:08	41	7:30	4.50	26:59	5:59	2	0:02	34	8:02
□□□ Ziel	0.50	2:52	5:44	2	0:03	57	0:52	5.00	29:51	5:58	2	0:05	36	8:54