



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

KRAUS, Roman

□□: BSG Sparkasse UH

□□: 1022

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 30:20

□□: 9.89 km/h

□□□□: 6:04 min/km

□□□□□/□□□: 142 (of 232)

□□□□□/□: 98 (of 136)

□□□□□□: 18:55

□□□□□: 9(of 11)

□□□□□□□: 25:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	3:01	6:01	10	0:57	111	1:28	0.50	3:01	6:01	10	0:57	111	1:28
□□ 2	4.00	24:35	6:08	9	4:22	92	9:04	4.50	27:36	6:08	9	4:41	94	10:32
□□□ Ziel	0.50	2:44	5:28	8	0:26	95	0:54	5.00	30:20	6:03	9	5:07	98	11:25