



3Türmelauf  
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

HENNING, Rainer

□□: Großvargula

□□: 1067

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

□□□: 30:39

□□: 9.79 km/h

□□□□: 6:08 min/km

□□□□□/□□□: 146 (of 232)

□□□□□/□: 102 (of 136)

□□□□□□: 18:55

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 30:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.50	2:43	5:26	1	-	83	1:10	0.50	2:43	5:26	1	-	83	1:10
□□ 2	4.00	25:00	6:15	1	-	100	9:29	4.50	27:43	6:09	1	-	98	10:39
□□□ Ziel	0.50	2:56	5:51	1	-	112	1:06	5.00	30:39	6:07	1	-	102	11:44