



# 3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

**STÖPEL, Karola**

□□: RFV Drei Tannen Zimmern e.V.  
 □□: 1093

□□: 5.00 km  
 5 km - Lauf

□□□□:  
 Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 29:49

□□: 10.06 km/h  
 □□□□: 5:58 min/km

□□□□□/□□□: 124 (of 232)

□□□□□/□: 35 (of 96)

□□□□□□: 20:57

□□□□□: 7(of 13)

□□□□□□□: 25:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:56	5:51	9	0:44	56	1:11	0.50	2:56	5:51	9	0:44	56	1:11
□□ 2	4.00	24:07	6:01	5	3:24	28	6:58	4.50	27:03	6:00	7	4:08	35	8:06
□□□ Ziel	0.50	2:46	5:31	7	0:17	45	0:46	5.00	29:49	5:57	7	4:25	35	8:52