



3Türmelauf
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Hoffmann, Martin

□□: Bad Langensalza

□□: 1235

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 31:14

□□: 9.61 km/h

□□□□: 6:15 min/km

□□□□□/□□□: 157 (of 232)

□□□□□/□: 105 (of 136)

□□□□□□: 18:55

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 25:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	3:09	6:17	4	0:55	129	1:36	0.50	3:09	6:17	4	0:55	129	1:36
□□ 2	4.00	25:15	6:18	3	4:19	104	9:44	4.50	28:24	6:18	3	5:03	106	11:20
□□□ Ziel	0.50	2:50	5:40	3	0:29	104	1:00	5.00	31:14	6:14	3	5:32	105	12:19