



# 3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

**KOHR, Benjamin**

□□: Jesus-Haus Gemeinde e.V.  
 □□: 1075

□□: 5.00 km  
 5 km - Lauf

□□□□:  
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 28:47

□□: 10.42 km/h  
 □□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 102 (of 232)

□□□□□/□: 80 (of 136)

□□□□□□: 18:55

□□□□□: 9(of 14)

□□□□□□□: 23:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	3:06	6:12	12	1:16	126	1:33	0.50	3:06	6:12	12	1:16	126	1:33
□□ 2	4.00	23:16	5:48	9	4:03	79	7:45	4.50	26:22	5:51	9	5:05	80	9:18
□□□ Ziel	0.50	2:25	4:49	4	0:21	58	0:35	5.00	28:47	5:45	9	5:07	80	9:52