



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

ZILLING, Michael

□□: Stadtwerke

□□: 1167

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 32:05

□□: 9.35 km/h

□□□□: 6:25 min/km

□□□□□/□□□: 173 (of 232)

□□□□□/□: 113 (of 136)

□□□□□□: 18:55

□□□□□: 12(of 14)

□□□□□□□: 23:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:29	4:58	5	0:39	53	0:56	0.50	2:29	4:58	5	0:39	53	0:56
□□ 2	4.00	26:39	6:39	13	7:26	116	11:08	4.50	29:08	6:28	12	7:51	115	12:04
□□□ Ziel	0.50	2:57	5:54	11	0:53	114	1:07	5.00	32:05	6:25	12	8:25	113	13:10