



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

ZIMMERMANN, Patrick

□□: 70 Liter

□□: 1001

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 35:50

□□: 8.37 km/h

□□□□: 7:10 min/km

□□□□□/□□□: 211 (of 232)

□□□□□/□: 127 (of 136)

□□□□□□: 18:55

□□□□□: 14(of 14)

□□□□□□□: 23:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.50	3:17	6:33	14	1:27	133	1:44	0.50	3:17	6:33	14	1:27	133	1:44
□□ 2	4.00	29:15	7:18	14	10:02	124	13:44	4.50	32:32	7:13	14	11:15	128	15:28
□□□ Ziel	0.50	3:18	6:35	14	1:14	126	1:28	5.00	35:50	7:10	14	12:10	127	16:55