



# 3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

## DÖBEL, Manuela

□□: Laufgruppe Horst Schmelzer

□□: 1082

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 37:43

□□: 7.95 km/h

□□□□: 7:32 min/km

□□□□□/□□□: 224 (of 232)

□□□□□/□: 95 (of 96)

□□□□□□: 20:57

□□□□□: 13(of 13)

□□□□□□□: 25:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	3:46	7:31	13	1:34	96	2:01	0.50	3:46	7:31	13	1:34	96	2:01	
□□ 2	4.00	30:24	7:35	13	9:41	93	13:15	4.50	34:10	7:35	13	11:15	94	15:13	
□□□ Ziel	0.50	3:33	7:05	12	1:04	94	1:33	5.00	37:43	7:32	13	12:19	95	16:46	