



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

MENZ, Steffen

□□: Connected Runners Weimar
 □□: 24

□□: 12.50 km
 12,5 km -Lauf

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 54:27

□□: 13.22 km/h
 □□□□: 4:22 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 267)

□□□□□/□: 18 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 2(of 17)

□□□□□□□: 53:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.50	2:05	4:10	4	0:12	36	0:36	0.50	2:05	4:10	4	0:12	36	0:36
□□ 2	9.00	36:44	4:04	3	1:11	20	8:56	9.50	38:49	4:05	3	1:23	22	9:32
□□□ Ziel	3.00	15:38	5:12	1	-	12	3:18	12.50	54:27	4:21	2	0:52	18	12:50