



3Türmelauf
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Ernst, Alexander

□□: Salza Biker
□□: 222

□□: 12.50 km
12,5 km -Lauf

□□□□:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 56:25

□□: 13.29 km/h
□□□□: 4:31 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 267)

□□□□□/□: 32 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 7(of 37)

□□□□□□□: 45:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.50	1:49	3:38	4	0:16	16	0:20	0.50	1:49	3:38	4	0:16	16	0:20
□□ 2	9.00	37:14	4:08	6	6:37	26	9:26	9.50	39:03	4:06	6	6:53	24	9:46
□□ Ziel	3.00	17:22	5:47	8	3:38	44	5:02	12.50	56:25	4:30	7	10:31	32	14:48