



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Pfannstiel, Jens

□□: Thamsbrueck

□□: 241

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 58:41

□□: 12.27 km/h

□□□□: 4:41 min/km

□□□□□/□□□: 46 (of 267)

□□□□□/□: 44 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 8(of 17)

□□□□□□□: 53:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.50	2:09	4:17	7	0:16	51	0:40	0.50	2:09	4:17	7	0:16	51	0:40
□□ 2	9.00	39:21	4:22	8	3:48	44	11:33	9.50	41:30	4:22	8	4:04	43	12:13
□□□ Ziel	3.00	17:11	5:43	6	1:33	41	4:51	12.50	58:41	4:41	8	5:06	44	17:04