



3Türmelauf
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

KRISSAK, Radko

□□: Bad Langensalza

□□: 9

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:00:28

□□: 11.91 km/h

□□□□: 4:50 min/km

□□□□□/□□□: 58 (of 267)

□□□□□/□: 54 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 7(of 22)

□□□□□□□: 48:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:16	4:31	8	0:42	74	0:47	0.50	2:16	4:31	8	0:42	74	0:47
□□ 2	9.00	40:31	4:30	7	8:14	57	12:43	9.50	42:47	4:30	6	8:56	56	13:30
□□□ Ziel	3.00	17:41	5:53	7	3:19	51	5:21	12.50	1:00:28	4:50	7	12:09	54	18:51