



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

ZIMMERMANN, Frank

□□: Bad Langensalza

□□: 3

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:02:34

□□: 11.51 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□□□□□/□□□: 78 (of 267)

□□□□□/□: 70 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 13(of 37)

□□□□□□□: 45:54

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 0.50 | 2:27 | 4:54 | 18 | 0:54 | 91 | 0:58 | 0.50 | 2:27 | 4:54 | 18 | 0:54 | 91 | 0:58 |
| □□ 2 | 9.00 | 42:08 | 4:40 | 16 | 11:31 | 80 | 14:20 | 9.50 | 44:35 | 4:41 | 15 | 12:25 | 77 | 15:18 |
| □□□ Ziel | 3.00 | 17:59 | 5:59 | 11 | 4:15 | 59 | 5:39 | 12.50 | 1:02:34 | 5:00 | 13 | 16:40 | 70 | 20:57 |