



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Seever, Thorsten

□□: SG Motor Arnstadt
 □□: 281

□□: 12.50 km
 12,5 km -Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:04:08

□□: 11.23 km/h
 □□□□: 5:08 min/km

□□□□□/□□□: 97 (of 267)

□□□□□/□: 88 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 18(of 37)

□□□□□□□: 45:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.50	2:17	4:33	15	0:44	76	0:48	0.50	2:17	4:33	15	0:44	76	0:48
□□ 2	9.00	42:44	4:44	17	12:07	86	14:56	9.50	45:01	4:44	17	12:51	89	15:44
□□□ Ziel	3.00	19:07	6:22	19	5:23	92	6:47	12.50	1:04:08	5:07	18	18:14	88	22:31