



3Türmelauf
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

GRUNDMANN, Henrik

□□: Delitzsch

□□: 31

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:05:56

□□: 11.38 km/h

□□□□: 5:16 min/km

□□□□□/□□□: 114 (of 267)

□□□□□/□: 100 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 19(of 37)

□□□□□□□: 45:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:38	5:15	24	1:05	116	1:09	0.50	2:38	5:15	24	1:05	116	1:09
□□ 2	9.00	44:05	4:53	19	13:28	101	16:17	9.50	46:43	4:55	19	14:33	101	17:26
□□□ Ziel	3.00	19:13	6:24	20	5:29	96	6:53	12.50	1:05:56	5:16	19	20:02	100	24:19