



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

THOMAS, Sandro

□□: GKN Sinter Metals Bad Langensalza

□□: 66

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:06:18

□□: 10.86 km/h

□□□□: 5:18 min/km

□□□□□/□□□: 116 (of 267)

□□□□□/□: 102 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 12(of 17)

□□□□□□□: 53:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.50	2:46	5:31	17	0:53	139	1:17	0.50	2:46	5:31	17	0:53	139	1:17
□□ 2	9.00	44:23	4:55	13	8:50	107	16:35	9.50	47:09	4:57	14	9:43	107	17:52
□□□ Ziel	3.00	19:09	6:22	10	3:31	93	6:49	12.50	1:06:18	5:18	12	12:43	102	24:41