



# 3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

**ALBRECHT, Frank**

□□: Gotha

□□: 71

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:06:52

□□: 11.22 km/h

□□□□: 5:21 min/km

□□□□□/□□□: 121 (of 267)

□□□□□/□: 103 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 20(of 37)

□□□□□□□: 45:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	3:11	6:21	36	1:38	186	1:42	0.50	3:11	6:21	36	1:38	186	1:42
□□ 2	9.00	45:05	5:00	21	14:28	110	17:17	9.50	48:16	5:04	22	16:06	118	18:59
□□□ Ziel	3.00	18:36	6:12	14	4:52	72	6:16	12.50	1:06:52	5:20	20	20:58	103	25:15