



3Türmelauf
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

RICHTER, Marcel

□□: Ufhoven

□□: 198

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:07:14

□□: 10.71 km/h

□□□□: 5:23 min/km

□□□□□/□□□: 130 (of 267)

□□□□□/□: 110 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 13(of 22)

□□□□□□□: 41:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:14	4:28	11	0:45	69	0:45	0.50	2:14	4:28	11	0:45	69	0:45
□□ 2	9.00	45:41	5:04	15	17:53	121	17:53	9.50	47:55	5:02	14	18:38	114	18:38
□□□ Ziel	3.00	19:19	6:26	13	6:59	101	6:59	12.50	1:07:14	5:22	13	25:37	110	25:37