



# 3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

LAß, Matthias

□□: Connected Runners Weimar  
 □□: 25

□□: 12.50 km  
 12,5 km -Lauf

□□□□:  
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:09:50

□□: 10.74 km/h  
 □□□□: 5:35 min/km

□□□□□/□□□: 160 (of 267)

□□□□□/□: 132 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 23(of 37)

□□□□□□□: 45:54

□□□□

□□□□

□□□

| □□□     | □□   | □□    | □□     | □□ | □□    | □□  | □□    | □□□   | □□□     | □□□    | □□ | □□    | □□  | □□    |
|---------|------|-------|--------|----|-------|-----|-------|-------|---------|--------|----|-------|-----|-------|
|         | km   | □□    | min/km | -  | -     | □   | □     | km    | □□      | min/km | -  | -     | □   | □     |
| □□ 1    | 0.50 | 2:13  | 4:26   | 12 | 0:40  | 66  | 0:44  | 0.50  | 2:13    | 4:26   | 12 | 0:40  | 66  | 0:44  |
| □□ 2    | 9.00 | 46:17 | 5:08   | 23 | 15:40 | 129 | 18:29 | 9.50  | 48:30   | 5:06   | 23 | 16:20 | 122 | 19:13 |
| □□ Ziel | 3.00 | 21:20 | 7:06   | 26 | 7:36  | 143 | 9:00  | 12.50 | 1:09:50 | 5:35   | 23 | 23:56 | 132 | 28:13 |