



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

HAUER, Frank

□□: Die Hausis
 □□: 36

□□: 12.50 km
 12,5 km -Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:10:41

□□: 10.61 km/h
 □□□□: 5:39 min/km

□□□□□/□□□: 170 (of 267)

□□□□□/□: 140 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 26(of 37)

□□□□□□□: 45:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:26	4:51	17	0:53	88	0:57	0.50	2:26	4:51	17	0:53	88	0:57
□□ 2	9.00	46:37	5:10	24	16:00	136	18:49	9.50	49:03	5:09	24	16:53	132	19:46
□□□ Ziel	3.00	21:38	7:12	28	7:54	146	9:18	12.50	1:10:41	5:39	26	24:47	140	29:04