



3Türmelauf
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Rothhegel, Ilona

□□: Erfurt

□□: 250

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Seniorinnen W70 (70-74 Jahre)

□□□: 1:10:39

□□: 10.19 km/h

□□□□: 5:39 min/km

□□□□□/□□□: 168 (of 267)

□□□□□/□: 30 (of 71)

□□□□□□: 55:52

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 1:10:39

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 0.50 | 2:37 | 5:14 | 1 | - | 30 | 0:39 | 0.50 | 2:37 | 5:14 | 1 | - | 30 | 0:39 |
| □□ 2 | 9.00 | 46:47 | 5:11 | 1 | - | 32 | 9:11 | 9.50 | 49:24 | 5:12 | 1 | - | 32 | 9:47 |
| □□□ Ziel | 3.00 | 21:15 | 7:04 | 1 | - | 33 | 5:00 | 12.50 | 1:10:39 | 5:39 | 1 | - | 30 | 14:47 |