



3Türmelauf
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Müller, Thoralf

□□: Sagasser Core

□□: 276

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:09:28

□□: 10.80 km/h

□□□□: 5:34 min/km

□□□□□/□□□: 154 (of 267)

□□□□□/□: 128 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 19(of 30)

□□□□□□□: 48:48

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 0.50 | 2:41 | 5:21 | 19 | 1:04 | 123 | 1:12 | 0.50 | 2:41 | 5:21 | 19 | 1:04 | 123 | 1:12 |
| □□ 2 | 9.00 | 46:25 | 5:09 | 21 | 13:26 | 132 | 18:37 | 9.50 | 49:06 | 5:10 | 21 | 14:30 | 135 | 19:49 |
| □□□ Ziel | 3.00 | 20:22 | 6:47 | 18 | 6:10 | 122 | 8:02 | 12.50 | 1:09:28 | 5:33 | 19 | 20:40 | 128 | 27:51 |