3Türmelauf
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

HAHN, Rene

□□: dieSÜDEICHSFELDer
□□: 37

□□: 12.50 km
12,5 km -Lauf

□□□□:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:12:43

□□: 9.90 km/h
□□□□: 5:49 min/km

□□□□□/□□□: 182 (of 267)
□□□□□/□: 148 (of 196)
□□□□□□: 41:37
□□□□□: 16(of 17)
□□□□□□□: 53:35

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:37	5:14	12	0:44	112	1:08	0.50	2:37	5:14	12	0:44	112	1:08
□□ 2	9.00	47:25	5:16	16	11:52	146	19:37	9.50	50:02	5:15	16	12:36	146	20:45
□□□ Ziel	3.00	22:41	7:33	17	7:03	166	10:21	12.50	1:12:43	5:49	16	19:08	148	31:06