



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

LEISTER, Karl-Heinz

□□: BSG Sparkasse UH

□□: 17

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:10:33

□□: 10.63 km/h

□□□□: 5:38 min/km

□□□□□/□□□: 166 (of 267)

□□□□□/□: 137 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 21(of 30)

□□□□□□□: 48:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:40	5:19	18	1:03	120	1:11	0.50	2:40	5:19	18	1:03	120	1:11
□□ 2	9.00	46:08	5:07	19	13:09	126	18:20	9.50	48:48	5:08	18	14:12	125	19:31
□□□ Ziel	3.00	21:45	7:15	23	7:33	147	9:25	12.50	1:10:33	5:38	21	21:45	137	28:56