



3Türmelauf
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Zaja, Sebastian

□□: Team Malerwerkstatt Beck GmbH
□□: 230

□□: 12.50 km
12,5 km -Lauf

□□□□:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:13:09

□□: 9.84 km/h
□□□□: 5:51 min/km

□□□□□/□□□: 187 (of 267)

□□□□□/□: 151 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 19(of 22)

□□□□□□□: 41:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:49	5:38	17	1:20	144	1:20	0.50	2:49	5:38	17	1:20	144	1:20
□□ 2	9.00	48:13	5:21	19	20:25	151	20:25	9.50	51:02	5:22	19	21:45	151	21:45
□□□ Ziel	3.00	22:07	7:22	19	9:47	153	9:47	12.50	1:13:09	5:51	19	31:32	151	31:32