



3Türmelauf
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

BILLERT, Frank

□□: Bad Tennstedt

□□: 15

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:15:21

□□: 9.56 km/h

□□□□: 6:02 min/km

□□□□□/□□□: 208 (of 267)

□□□□□/□: 163 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 30(of 37)

□□□□□□□: 45:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:57	5:54	33	1:24	159	1:28	0.50	2:57	5:54	33	1:24	159	1:28	
□□ 2	9.00	50:11	5:34	31	19:34	165	22:23	9.50	53:08	5:35	31	20:58	165	23:51	
□□□ Ziel	3.00	22:13	7:24	30	8:29	156	9:53	12.50	1:15:21	6:01	30	29:27	163	33:44	