



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Engler, Winfried

□□: Nägelstedt

□□: 242

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:17:50

□□: 9.64 km/h

□□□□: 6:14 min/km

□□□□□/□□□: 223 (of 267)

□□□□□/□: 170 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 31(of 37)

□□□□□□□: 45:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.50	3:00	6:00	34	1:27	168	1:31	0.50	3:00	6:00	34	1:27	168	1:31
□□ 2	9.00	50:54	5:39	32	20:17	168	23:06	9.50	53:54	5:40	33	21:44	169	24:37
□□□ Ziel	3.00	23:56	7:58	32	10:12	177	11:36	12.50	1:17:50	6:13	31	31:56	170	36:13