



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Heiner, Both

□□: Brueheim
 □□: 285

□□: 12.50 km
 12,5 km -Lauf

□□□□:
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:18:27

□□: 9.18 km/h
 □□□□: 6:17 min/km

□□□□□/□□□: 232 (of 267)

□□□□□/□: 177 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 24(of 30)

□□□□□□□: 48:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.50	3:10	6:19	28	1:33	185	1:41	0.50	3:10	6:19	28	1:33	185	1:41
□□ 2	9.00	52:16	5:48	24	19:17	177	24:28	9.50	55:26	5:50	24	20:50	178	26:09
□□□ Ziel	3.00	23:01	7:40	25	8:49	168	10:41	12.50	1:18:27	6:16	24	29:39	177	36:50