



# 3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Ehrhardt, Michael

□□: Nesselalläufer

□□: 284

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:13:44

□□: 9.76 km/h

□□□□: 5:54 min/km

□□□□□/□□□: 200 (of 267)

□□□□□/□: 156 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 23(of 30)

□□□□□□□: 48:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.50	2:58	5:56	23	1:21	160	1:29	0.50	2:58	5:56	23	1:21	160	1:29
□□ 2	9.00	49:27	5:29	22	16:28	157	21:39	9.50	52:25	5:31	23	17:49	160	23:08
□□□ Ziel	3.00	21:19	7:06	22	7:07	141	8:59	12.50	1:13:44	5:53	23	24:56	156	32:07