



3Türmelauf
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

DR.DÖBEL, Kai-Uwe

□□: Laufgruppe Horst Schmelzer

□□: 92

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:24:12

□□: 8.55 km/h

□□□□: 6:44 min/km

□□□□□/□□□: 249 (of 267)

□□□□□/□: 187 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 28(of 30)

□□□□□□□: 48:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.50	2:35	5:10	15	0:58	109	1:06	0.50	2:35	5:10	15	0:58	109	1:06
□□ 2	9.00	55:46	6:11	28	22:47	188	27:58	9.50	58:21	6:08	28	23:45	188	29:04
□□□ Ziel	3.00	25:51	8:37	30	11:39	189	13:31	12.50	1:24:12	6:44	28	35:24	187	42:35