



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Klemig, Sören

□□: Ohrdruf

□□: 280

□□: 12.50 km

12,5 km -Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:31:42

□□: 8.18 km/h

□□□□: 7:20 min/km

□□□□□/□□□: 259 (of 267)

□□□□□/□: 192 (of 196)

□□□□□□: 41:37

□□□□□: 36(of 37)

□□□□□□□: 45:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.50	2:56	5:51	30	1:23	155	1:27	0.50	2:56	5:51	30	1:23	155	1:27
□□ 2	9.00	1:01:04	6:47	37	30:27	195	33:16	9.50	1:04:00	6:44	37	31:50	194	34:43
□□□ Ziel	3.00	27:42	9:13	36	13:58	193	15:22	12.50	1:31:42	7:20	36	45:48	192	50:05