



# 3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

**HELHING, Carlos**

□□: Salza Gymnasium  
 □□: 1145

□□: 5.00 km  
 5 km - Lauf

□□□□:  
 männliche Jugend U16 (14-15 Jahre)

□□□: 27:36

□□: 10.87 km/h  
 □□□□: 5:31 min/km

□□□□□/□□□: 93 (of 232)

□□□□□/□: 76 (of 136)

□□□□□□: 18:55

□□□□□: 12(of 18)

□□□□□□□: 18:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.50	2:39	5:17	11	1:06	75	1:06	0.50	2:39	5:17	11	1:06	75	1:06
□□ 2	4.00	22:31	5:37	10	7:00	73	7:00	4.50	25:10	5:35	12	8:06	76	8:06
□□□ Ziel	0.50	2:26	4:51	11	0:35	62	0:36	5.00	27:36	5:31	12	8:41	76	8:41