



3Türmelauf
Bad Langensalza / 22.04.2018

□□□□

Schmidt, Sebastian

□□: Grumbach
□□: 1248

□□: 5.00 km
5 km - Lauf

□□□□:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 25:25

□□: 11.80 km/h
□□□□: 5:05 min/km

□□□□□/□□□: 44 (of 232)

□□□□□/□: 34 (of 136)

□□□□□□: 18:55

□□□□□: 3(of 9)

□□□□□□□: 19:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.50	2:31	5:01	3	0:52	56	0:58	0.50	2:31	5:01	3	0:52	56	0:58
□□ 2	4.00	20:39	5:09	3	4:35	34	5:08	4.50	23:10	5:08	3	5:27	35	6:06
□□□ Ziel	0.50	2:15	4:30	4	0:22	34	0:25	5.00	25:25	5:05	3	5:49	34	6:30