



3Türmelauf

Bad Langensalza / 14.04.2019

□□□□

Sebastian, Eichel

□□: Sonntagsläufer Tambach Dietharz
 □□: 1258

□□: 5.00 km
 5 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 23:28

□□: 12.78 km/h
 □□□□: 4:41 min/km

□□□□□/□□□: 31 (of 238)

□□□□□/□: 22 (of 130)

□□□□□□: 17:44

□□□□□: 1(of 13)

□□□□□□□: 23:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	4.55	21:41	4:45	1	-	22	12:25	4.55	21:41	4:45	1	-	22	12:25
□□□ Ziel	0.45	1:47	3:57	5	0:08	46	0:30	5.00	23:28	4:41	1	-	22	5:44