



3Türmelauf

Bad Langensalza / 14.04.2019

□□□□

Heinecke, Katja

□□: SWL-ENERGIE-TEAM

□□: 1113

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 26:11

□□: 11.46 km/h

□□□□: 5:14 min/km

□□□□□/□□□: 85 (of 238)

□□□□□/□: 22 (of 108)

□□□□□□: 21:46

□□□□□: 5(of 20)

□□□□□□□: 22:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	4.55	24:10	5:18	5	3:13	23	14:56	4.55	24:10	5:18	5	3:13	23	14:56
□□□ Ziel	0.45	2:01	4:28	6	0:18	32	0:29	5.00	26:11	5:14	5	3:31	22	4:25