



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	