



3Türmelauf
Bad Langensalza / 14.04.2019

□□□□

Allstedt, Stephanie

□□: Bad Langensalza

□□: 1001

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

□□□: 30:22

□□: 9.88 km/h

□□□□: 6:04 min/km

□□□□□/□□□: 161 (of 238)

□□□□□/□: 57 (of 108)

□□□□□□: 21:46

□□□□□: 5(of 11)

□□□□□□□: 21:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	4.55	28:08	6:10	5	8:07	56	18:54	4.55	28:08	6:10	5	8:07	56	18:54
□□□ Ziel	0.45	2:14	4:57	5	0:29	58	0:42	5.00	30:22	6:04	5	8:36	57	8:36