



3Türmelauf
Bad Langensalza / 14.04.2019

□□□□

Engler, Winfried

□□: Diakonie
□□: 1246

□□: 5.00 km
5 km - Lauf

□□□□:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 28:49

□□: 10.41 km/h
□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 125 (of 238)

□□□□□/□: 90 (of 130)

□□□□□□: 17:44

□□□□□: 3(of 6)

□□□□□□□: 24:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	4.55	26:55	5:54	3	4:19	92	17:39	4.55	26:55	5:54	3	4:19	92	17:39	
□□□ Ziel	0.45	1:54	4:13	3	0:14	62	0:37	5.00	28:49	5:45	3	4:26	90	11:05	