



3Türmelauf
Bad Langensalza / 14.04.2019

□□□□

Bocklitz, Alexander

□□: Bad Langensalza

□□: 1005

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 27:55

□□: 10.75 km/h

□□□□: 5:35 min/km

□□□□□/□□□: 112 (of 238)

□□□□□/□: 82 (of 130)

□□□□□□: 17:44

□□□□□: 9(of 13)

□□□□□□□: 23:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	4.55	25:58	5:42	9	4:17	84	16:42	4.55	25:58	5:42	9	4:17	84	16:42
□□□ Ziel	0.45	1:57	4:19	6	0:18	69	0:40	5.00	27:55	5:35	9	4:27	82	10:11