



3Türmelauf

Bad Langensalza / 14.04.2019

□□□□

Kurzynoga, Martina

□□: SV Empor Bad Langensalza Abt.Boxen
 □□: 1215

□□: 5.00 km
 5 km - Lauf

□□□□:
 Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 31:41

□□: 9.47 km/h
 □□□□: 6:20 min/km

□□□□□/□□□: 184 (of 238)

□□□□□/□: 73 (of 108)

□□□□□□: 21:46

□□□□□: 6(of 8)

□□□□□□□: 22:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	4.55	29:34	6:29	7	20:20	79	20:20	4.55	29:34	6:29	7	20:20	79	20:20
□□□ Ziel	0.45	2:07	4:42	4	0:26	42	0:35	5.00	31:41	6:20	6	9:09	73	9:55