



# 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	-	-	□	□	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