



3Türmelauf  
Bad Langensalza / 14.04.2019

□□□□

Maroldt, Anja

□□: Entspaaaaaaaaaaaaannt

□□: 1237

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 35:27

□□: 8.46 km/h

□□□□: 7:05 min/km

□□□□□/□□□: 219 (of 238)

□□□□□/□: 93 (of 108)

□□□□□□: 21:46

□□□□□: 17(of 20)

□□□□□□□: 22:40

□□□□

□□□□

□□□

| □□□      | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1     | 4.55     | 28:02    | 6:09         | 9       | 7:05    | 53      | 18:48   | 4.55 | 28:02     | 6:09          | 9       | 7:05    | 53      | 18:48   |
| □□□ Ziel | 0.45     | 7:25     | 16:28        | 19      | 5:42    | 105     | 5:53    | 5.00 | 35:27     | 7:05          | 17      | 12:47   | 93      | 13:41   |