



3Türmelauf  
Bad Langensalza / 14.04.2019

□□□□

Grobe-Richarz, Saskia

□□: Entspaaaaaaaaaaaaannt  
□□: 1236

□□: 5.00 km  
5 km - Lauf

□□□□:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 37:43

□□: 7.95 km/h  
□□□□: 7:32 min/km

□□□□□/□□□: 227 (of 238)

□□□□□/□: 100 (of 108)

□□□□□□: 21:46

□□□□□: 20(of 20)

□□□□□□□: 22:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	4.55	35:02	7:41	20	14:05	101	25:48	4.55	35:02	7:41	20	14:05	101	25:48	
□□□ Ziel	0.45	2:41	5:57	17	0:58	95	1:09	5.00	37:43	7:32	20	15:03	100	15:57	