



# 3Türmelauf

Bad Langensalza / 14.04.2019

□□□□

Hofmann, Nadja

□□: Arnstadt

□□: 1024

□□: 5.00 km

5 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 42:39

□□: 7.03 km/h

□□□□: 8:32 min/km

□□□□□/□□□: 236 (of 238)

□□□□□/□: 107 (of 108)

□□□□□□: 21:46

□□□□□: 8(of 8)

□□□□□□□: 22:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	4.55	9:14	2:01	1	-	1	-	4.55	9:14	2:01	1	-	1	-
□□□ Ziel	0.45	33:25	74:15	8	31:44	108	31:53	5.00	42:39	8:31	8	20:07	107	20:53