



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

□□□□

Raabe, Andreas

□□: Ohra Energie

□□: 205

□□: 5.00 km

5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 23:07

□□: 12.98 km/h

□□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 50)

□□□□□/□: 14 (of 27)

□□□□□□: 18:35

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 20:01

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 1.39 | 6:03 | 4:21 | 3 | 0:47 | 14 | 1:18 | 1.39 | 6:03 | 4:21 | 3 | 0:47 | 1 | - |
| □□ 2 | 2.35 | 11:01 | 4:41 | 3 | 1:32 | 13 | 2:03 | 3.74 | 17:04 | 4:33 | 3 | 2:19 | 1 | - |
| □□□ Ziel | 1.30 | 6:03 | 4:39 | 3 | 0:47 | 14 | 1:12 | 5.00 | 23:07 | 4:37 | 3 | 3:06 | 14 | 4:32 |