



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

□□□□

Chemnitz, Benjamin

□□: Jesuborn

□□: 211

□□: 5.00 km

5-km-Lauf

□□□□:

männliche Jugend M14 (14 Jahre)

□□□: 24:05

□□: 12.46 km/h

□□□□: 4:49 min/km

□□□□□/□□□: 22 (of 50)

□□□□□/□: 15 (of 27)

□□□□□□: 18:35

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 19:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.39	6:19	4:32	4	1:31	17	1:34	1.39	6:19	4:32	3	1:31	14	0:16
□□ 2	2.35	11:23	4:50	3	1:59	16	2:25	3.74	17:42	4:43	3	3:30	14	0:38
□□□ Ziel	1.30	6:23	4:54	3	1:26	16	1:32	5.00	24:05	4:48	3	4:56	15	5:30