



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

□□□□

Ullmann, Thomas

□□: Arnstadt

□□: 152

□□: 5.00 km

5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 25:27

□□: 11.79 km/h

□□□□: 5:05 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 50)

□□□□□/□: 18 (of 27)

□□□□□□: 18:35

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 25:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.39	7:02	5:03	1	-	24	2:17	1.39	7:02	5:03	1	-	12	0:59
□□ 2	2.35	12:02	5:07	1	-	18	3:04	3.74	19:04	5:05	1	-	12	2:00
□□□ Ziel	1.30	6:23	4:54	1	-	16	1:32	5.00	25:27	5:05	1	-	18	6:52