



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

□□□□

Krisch, Michael

□□: ZWEI-TAKT-TEAM

□□: 196

□□: 5.00 km

5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 26:50

□□: 11.18 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 30 (of 50)

□□□□□/□: 21 (of 27)

□□□□□□: 18:35

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 26:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.39	6:34	4:43	1	-	19	1:49	1.39	6:34	4:43	1	-	8	0:31
□□ 2	2.35	13:18	5:39	1	-	22	4:20	3.74	19:52	5:18	1	-	8	2:48
□□□ Ziel	1.30	6:58	5:21	1	-	21	2:07	5.00	26:50	5:21	1	-	21	8:15