



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

□□□□

Kohl, Veit

□□: Flinke Gerataler

□□: 313

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 38:36

□□: 15.54 km/h

□□□□: 3:52 min/km

□□□□□/□□□: 9 (of 104)

□□□□□/□: 9 (of 85)

□□□□□□: 35:37

□□□□□: 1(of 12)

□□□□□□□: 38:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	6:20	3:43	1	-	13	0:39	1.70	6:20	3:43	2	-	47	
□□ 2	2.34	9:08	3:54	1	-	10	0:41	4.04	15:28	3:49	2	-	56	
□□ 3	2.34	9:03	3:52	1	-	8	0:37	6.38	24:31	3:50	1	-	56	
□□ 4	2.34	9:07	3:53	1	-	7	0:40	8.72	33:38	3:51	1	-	56	
□□□ Ziel	1.28	4:58	3:52	1	-	8	0:22	10.00	38:36	3:51	1	-	9	2:59