



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

□□□□

Hauser, Olaf

□□: 1. SV Gera

□□: 400

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 41:26

□□: 14.48 km/h

□□□□: 4:08 min/km

□□□□□/□□□□: 21 (of 104)

□□□□□/□: 21 (of 85)

□□□□□□: 35:37

□□□□□: 2(of 7)

□□□□□□□: 40:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	6:44	3:57	2	0:11	28	1:03	1.70	6:44	3:57	2	0:11	34		
□□ 2	2.34	9:48	4:11	2	0:20	20	1:21	4.04	16:32	4:05	2	0:31	55		
□□ 3	2.34	9:48	4:11	2	0:17	19	1:22	6.38	26:20	4:07	2	0:48	44		
□□ 4	2.34	9:49	4:11	2	0:11	19	1:22	8.72	36:09	4:08	2	0:59	44		
□□□ Ziel	1.28	5:17	4:07	1	-	18	0:41	10.00	41:26	4:08	2	0:50	21	5:49	