



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

□□□□

ernst, marcel

□□: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz

□□: 346

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 42:01

□□: 14.28 km/h

□□□□: 4:12 min/km

□□□□□/□□□: 23 (of 104)

□□□□□/□: 23 (of 85)

□□□□□□: 35:37

□□□□□: 7(of 14)

□□□□□□□: 35:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	6:27	3:47	6	0:46	19	0:46	1.70	6:27	3:47	7	0:46	84		
□□ 2	2.34	9:56	4:14	7	1:29	23	1:29	4.04	16:23	4:03	7	2:15	84		
□□ 3	2.34	10:08	4:19	7	1:42	28	1:42	6.38	26:31	4:09	7	3:57	84		
□□ 4	2.34	10:06	4:18	7	1:39	25	1:39	8.72	36:37	4:11	7	5:36	83		
□□□ Ziel	1.28	5:24	4:13	7	0:48	25	0:48	10.00	42:01	4:12	7	6:24	23	6:24	