



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

□□□□

Meurer, Ingo

□□: SV Olympia Neustadt

□□: 354

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 42:45

□□: 14.04 km/h

□□□□: 4:17 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 104)

□□□□□/□: 28 (of 85)

□□□□□□: 35:37

□□□□□: 8(of 15)

□□□□□□□: 36:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	6:48	4:00	9	0:49	34	1:07	1.70	6:48	4:00	8	0:49	79		
□□ 2	2.34	10:16	4:23	9	1:36	34	1:49	4.04	17:04	4:13	8	2:25	79		
□□ 3	2.34	10:08	4:19	7	1:30	28	1:42	6.38	27:12	4:15	8	3:55	72		
□□ 4	2.34	10:13	4:21	8	1:41	32	1:46	8.72	37:25	4:17	8	5:36	78		
□□□ Ziel	1.28	5:20	4:09	7	0:42	22	0:44	10.00	42:45	4:16	8	6:18	28	7:08	