



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Grunwald, Maxe

□□: katholische Laufjugend Arnstadt

□□: 212

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 47:38

□□: 12.60 km/h

□□□□: 4:46 min/km

□□□□□/□□□: 42 (of 103)

□□□□□/□: 39 (of 80)

□□□□□□: 31:54

□□□□□: 6(of 13)

□□□□□□□: 36:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	7:06	4:10	6	1:13	37	2:07	1.70	7:06	4:10	6	1:13	62	
□□ 2	2.34	11:19	4:50	6	2:36	40	3:53	4.04	18:25	4:33	6	3:49	31	
□□ 3	2.34	11:24	4:52	7	2:35	39	3:46	6.38	29:49	4:40	6	6:24	61	
□□ 4	2.34	11:33	4:56	8	2:44	41	3:57	8.72	41:22	4:44	6	9:08	61	
□□□ Ziel	1.30	6:16	4:49	7	1:35	43	2:01	10.00	47:38	4:45	6	10:43	39	15:44