



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Greiner, Mario

□□: N3 Sportverein

□□: 275

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 48:48

□□: 12.30 km/h

□□□□: 4:53 min/km

□□□□□/□□□: 48 (of 103)

□□□□□/□: 44 (of 80)

□□□□□□: 31:54

□□□□□: 6(of 10)

□□□□□□□: 35:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	7:54	4:38	6	2:16	54	2:55	1.70	7:54	4:38	6	2:16	17	0:17
□□ 2	2.34	11:39	4:58	6	3:33	47	4:13	4.04	19:33	4:50	6	5:49	13	
□□ 3	2.34	11:27	4:53	6	3:12	40	3:49	6.38	31:00	4:51	6	9:01	17	
□□ 4	2.34	11:28	4:54	6	2:58	37	3:52	8.72	42:28	4:52	6	11:59	17	
□□□ Ziel	1.30	6:20	4:52	7	1:36	44	2:05	10.00	48:48	4:52	6	13:35	44	16:54