



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Schröder, Bernd

□□: Erfurt

□□: 283

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 50:06

□□: 11.98 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□□□□□/□□□: 57 (of 103)

□□□□□/□: 50 (of 80)

□□□□□□: 31:54

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 50:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	7:37	4:28	1	-	44	2:38	1.70	7:37	4:28	1	-	1	-
□□ 2	2.34	11:45	5:01	1	-	49	4:19	4.04	19:22	4:47	1	-	8	-
□□ 3	2.34	12:08	5:11	1	-	53	4:30	6.38	31:30	4:56	1	-	9	0:20
□□ 4	2.34	12:01	5:08	1	-	48	4:25	8.72	43:31	4:59	1	-	1	-
□□□ Ziel	1.30	6:35	5:03	1	-	51	2:20	10.00	50:06	5:00	1	-	50	18:12