



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Schreier, Konrad

□□: Sg Motor Arnstadt

□□: 297

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 50:28

□□: 11.89 km/h

□□□□: 5:03 min/km

□□□□□/□□□: 61 (of 103)

□□□□□/□: 54 (of 80)

□□□□□□: 31:54

□□□□□: 3(of 7)

□□□□□□□: 43:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	7:51	4:37	4	1:05	53	2:52	1.70	7:51	4:37	3	1:05	7	0:14
□□ 2	2.34	11:56	5:05	3	1:47	56	4:30	4.04	19:47	4:53	3	2:52	6	
□□ 3	2.34	11:56	5:05	3	1:42	47	4:18	6.38	31:43	4:58	3	4:31	7	0:33
□□ 4	2.34	12:04	5:09	3	1:51	49	4:28	8.72	43:47	5:01	3	6:22	7	0:16
□□□ Ziel	1.30	6:41	5:08	3	1:03	54	2:26	10.00	50:28	5:02	3	7:25	54	18:34