



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Urbanneck, Oliver

□□: N3 Sportverein

□□: 274

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 51:43

□□: 11.60 km/h

□□□□: 5:10 min/km

□□□□□/□□□: 65 (of 103)

□□□□□/□: 58 (of 80)

□□□□□□: 31:54

□□□□□: 11(of 13)

□□□□□□□: 36:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	7:45	4:33	10	1:52	51	2:46	1.70	7:45	4:33	11	1:52	4	0:08
□□ 2	2.34	12:10	5:11	11	3:27	59	4:44	4.04	19:55	4:55	11	5:19	3	0:06
□□ 3	2.34	12:19	5:15	11	3:30	56	4:41	6.38	32:14	5:03	11	8:49	4	1:04
□□ 4	2.34	12:19	5:15	11	3:30	54	4:43	8.72	44:33	5:06	11	12:19	4	1:02
□□□ Ziel	1.30	7:10	5:30	12	2:29	62	2:55	10.00	51:43	5:10	11	14:48	58	19:49