



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

0000

Ritze, Detlef

00: Lauftreff Alteburg Arnstadt

00: 250

00: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

0000:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

000: 54:22

00: 11.04 km/h

0000: 5:26 min/km

00000/000: 74 (of 103)

00000/0: 66 (of 80)

000000: 31:54

00000: 3(of 3)

0000000: 50:06

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
00 1	1.70	8:04	4:44	3	0:27	65	3:05	1.70	8:04	4:44	3	0:27	35	0:27
00 2	2.34	12:28	5:19	3	0:43	65	5:02	4.04	20:32	5:04	3	1:10	34	0:43
00 3	2.34	12:58	5:32	3	0:50	66	5:20	6.38	33:30	5:15	3	2:00	34	2:20
00 4	2.34	13:24	5:43	3	1:23	66	5:48	8.72	46:54	5:22	3	3:23	34	3:23
000 Ziel	1.30	7:28	5:44	3	0:53	66	3:13	10.00	54:22	5:26	3	4:16	66	22:28