



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Puy, Michael

□□: RRC Zella-Mehlis

□□: 90

□□: 5.00 km

Autohaus Gebrüder Kühn 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 21:10

□□: 14.17 km/h

□□□□: 4:14 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 39)

□□□□□/□: 7 (of 25)

□□□□□□: 17:05

□□□□□: 5(of 8)

□□□□□□□: 17:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.39	5:11	3:43	4	0:37	7	0:37	1.39	5:11	3:43	4	0:37	22	
□□ 2	2.35	10:17	4:22	7	2:16	10	2:16	3.74	15:28	4:08	4	2:53	21	
□□□ Ziel	1.30	5:42	4:23	6	1:12	9	1:12	5.00	21:10	4:14	5	4:05	7	4:05