



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Glock, Carsten

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt

□□: 75

□□: 5.00 km

Autohaus Gebrüder Kühn 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 21:11

□□: 14.16 km/h

□□□□: 4:14 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 39)

□□□□□/□: 8 (of 25)

□□□□□□: 17:05

□□□□□: 6(of 8)

□□□□□□□: 17:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.39	5:44	4:07	7	1:10	14	1:10	1.39	5:44	4:07	6	1:10	18	
□□ 2	2.35	10:01	4:15	4	2:00	6	2:00	3.74	15:45	4:12	6	3:10	17	
□□□ Ziel	1.30	5:26	4:10	3	0:56	5	0:56	5.00	21:11	4:14	6	4:06	8	4:06