



# 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Hegenbart, Thomas

□□: USV Erfurt

□□: 214

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 36:55

□□: 16.25 km/h

□□□□: 3:41 min/km

□□□□□/□□□: 5 (of 103)

□□□□□/□: 5 (of 80)

□□□□□□: 31:54

□□□□□: 1(of 13)

□□□□□□□: 36:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	5:53	3:27	1	-	6	0:54	1.70	5:53	3:27	1	-	56	
□□ 2	2.34	8:43	3:43	1	-	6	1:17	4.04	14:36	3:36	1	-	56	
□□ 3	2.34	8:49	3:46	1	-	3	1:11	6.38	23:25	3:40	1	-	56	
□□ 4	2.34	8:49	3:46	1	-	3	1:13	8.72	32:14	3:41	1	-	56	
□□□ Ziel	1.30	4:41	3:36	1	-	3	0:26	10.00	36:55	3:41	1	-	5	5:01