



# 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Hofmann, Mario

□□: Flinken Gerataler/TSV 1880 Elgersburg

□□: 219

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 40:33

□□: 14.80 km/h

□□□□: 4:04 min/km

□□□□□/□□□: 12 (of 103)

□□□□□/□: 12 (of 80)

□□□□□□: 31:54

□□□□□: 2(of 8)

□□□□□□□: 39:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	6:18	3:42	3	0:10	16	1:19	1.70	6:18	3:42	2	0:02	49		
□□ 2	2.34	9:33	4:04	4	0:23	18	2:07	4.04	15:51	3:55	2	0:25	49		
□□ 3	2.34	9:42	4:08	2	0:24	11	2:04	6.38	25:33	4:00	2	0:49	48		
□□ 4	2.34	9:49	4:11	3	0:28	13	2:13	8.72	35:22	4:03	2	1:17	49		
□□□ Ziel	1.30	5:11	3:59	2	0:13	11	0:56	10.00	40:33	4:03	2	1:30	12	8:39	