



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Schnauß, Markus

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt
 □□: 278

□□: 10.00 km
 Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 41:34

□□: 14.43 km/h
 □□□□: 4:10 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 103)

□□□□□/□: 19 (of 80)

□□□□□□: 31:54

□□□□□: 3(of 13)

□□□□□□□: 36:55

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 1.70 | 6:25 | 3:46 | 3 | 0:32 | 19 | 1:26 | 1.70 | 6:25 | 3:46 | 3 | 0:32 | 42 | | |
| □□ 2 | 2.34 | 9:29 | 4:03 | 3 | 0:46 | 12 | 2:03 | 4.04 | 15:54 | 3:56 | 3 | 1:18 | 42 | | |
| □□ 3 | 2.34 | 9:44 | 4:09 | 3 | 0:55 | 13 | 2:06 | 6.38 | 25:38 | 4:01 | 3 | 2:13 | 42 | | |
| □□ 4 | 2.34 | 10:17 | 4:23 | 4 | 1:28 | 23 | 2:41 | 8.72 | 35:55 | 4:07 | 3 | 3:41 | 42 | | |
| □□□ Ziel | 1.30 | 5:39 | 4:20 | 4 | 0:58 | 23 | 1:24 | 10.00 | 41:34 | 4:09 | 3 | 4:39 | 19 | 9:40 | |