



# 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Finger, Jens

□□: SV EVB Erfurt

□□: 205

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 44:19

□□: 13.54 km/h

□□□□: 4:26 min/km

□□□□□/□□□: 30 (of 103)

□□□□□/□: 29 (of 80)

□□□□□□: 31:54

□□□□□: 5(of 8)

□□□□□□□: 39:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	6:57	4:05	6	0:49	35	1:58	1.70	6:57	4:05	5	0:41	72		
□□ 2	2.34	10:20	4:24	5	1:10	32	2:54	4.04	17:17	4:16	5	1:51	61		
□□ 3	2.34	10:24	4:26	5	1:06	27	2:46	6.38	27:41	4:20	5	2:57	60		
□□ 4	2.34	10:40	4:33	5	1:19	28	3:04	8.72	38:21	4:23	5	4:16	71		
□□□ Ziel	1.30	5:58	4:35	6	1:00	32	1:43	10.00	44:19	4:25	5	5:16	29	12:25	