



# 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

**Voigt, Dominik**

□□: Erfurt

□□: 281

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 44:56

□□: 13.35 km/h

□□□□: 4:29 min/km

□□□□□/□□□: 34 (of 103)

□□□□□/□: 32 (of 80)

□□□□□□: 31:54

□□□□□: 7(of 12)

□□□□□□□: 39:07

□□□□

□□□□

□□□

| □□□      | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□   | □□□  | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1     | 1.70     | 6:58     | 4:05         | 8       | 0:55    | 36      | 1:59    | 1.70  | 6:58  | 4:05 | 7       | 0:55    | 68      |         |
| □□ 2     | 2.34     | 10:26    | 4:27         | 7       | 1:21    | 33      | 3:00    | 4.04  | 17:24 | 4:18 | 7       | 2:16    | 67      |         |
| □□ 3     | 2.34     | 10:46    | 4:36         | 6       | 1:23    | 30      | 3:08    | 6.38  | 28:10 | 4:24 | 7       | 3:39    | 67      |         |
| □□ 4     | 2.34     | 10:57    | 4:40         | 6       | 1:31    | 31      | 3:21    | 8.72  | 39:07 | 4:29 | 7       | 5:10    | 67      |         |
| □□□ Ziel | 1.30     | 5:49     | 4:28         | 5       | 0:39    | 29      | 1:34    | 10.00 | 44:56 | 4:29 | 7       | 5:49    | 32      | 13:02   |