



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Kohl, Veit

□□: Die flinken Gerataler

□□: 338

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 39:52

□□: 15.05 km/h

□□□□: 3:59 min/km

□□□□□/□□□: 13 (of 127)

□□□□□/□: 13 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 2(of 13)

□□□□□□□: 37:51

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 1.67 | 6:32 | 3:54 | 6 | 0:45 | 29 | 1:08 | 1.67 | 6:32 | 3:54 | 6 | 0:45 | 29 | 1:08 | |
| □□ 2 | 2.35 | 9:25 | 4:00 | 3 | 0:31 | 15 | 1:23 | 4.02 | 15:57 | 3:58 | 4 | 1:16 | 17 | 2:31 | |
| □□ 3 | 2.35 | 9:26 | 4:00 | 2 | 0:01 | 11 | 1:51 | 6.37 | 25:23 | 3:59 | 4 | 1:17 | 17 | 3:53 | |
| □□ 4 | 2.35 | 9:27 | 4:01 | 2 | 0:03 | 10 | 1:20 | 8.72 | 34:50 | 3:59 | 3 | 1:20 | 14 | 5:13 | |
| □□□ Ziel | 1.28 | 5:02 | 3:55 | 2 | 0:41 | 9 | 0:41 | 10.00 | 39:52 | 3:59 | 2 | 2:01 | 13 | 5:46 | |