



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Banzer, Roland

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt

□□: 421

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 41:29

□□: 14.46 km/h

□□□□: 4:09 min/km

□□□□□/□□□: 22 (of 127)

□□□□□/□: 22 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 2(of 11)

□□□□□□□: 41:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:34	3:55	2	0:01	32	1:10	1.67	6:34	3:55	2	0:01	32	1:10	
□□ 2	2.35	9:45	4:08	2	0:05	26	1:43	4.02	16:19	4:03	2	0:06	27	2:53	
□□ 3	2.35	9:47	4:09	2	0:02	23	2:12	6.37	26:06	4:05	2	0:08	26	4:36	
□□ 4	2.35	9:54	4:12	1	-	20	1:47	8.72	36:00	4:07	2	0:08	24	6:23	
□□□ Ziel	1.28	5:29	4:17	1	-	21	1:08	10.00	41:29	4:08	2	0:03	22	7:23	