



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Kneise, Wolfram

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt
 □□: 337

□□: 10.00 km
 Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 41:51

□□: 14.34 km/h
 □□□□: 4:11 min/km

□□□□□/□□□□: 26 (of 127)

□□□□□/□: 26 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 7(of 22)

□□□□□□□: 35:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:35	3:56	8	1:06	33	1:11	1.67	6:35	3:56	8	1:06	33	1:11
□□ 2	2.35	9:44	4:08	7	1:21	24	1:42	4.02	16:19	4:03	8	2:27	27	2:53
□□ 3	2.35	10:03	4:16	7	1:23	27	2:28	6.37	26:22	4:08	7	3:50	27	4:52
□□ 4	2.35	10:11	4:19	7	1:33	27	2:04	8.72	36:33	4:11	7	5:23	26	6:56
□□□ Ziel	1.28	5:18	4:08	6	0:29	17	0:57	10.00	41:51	4:11	7	5:52	26	7:45