



# 25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Hess, Danny

□□: Eisenach

□□: 329

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 42:51

□□: 14.00 km/h

□□□□: 4:17 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 127)

□□□□□/□: 28 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 5(of 12)

□□□□□□□: 39:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:31	3:54	5	0:20	27	1:07	1.67	6:31	3:54	5	0:20	27	1:07	
□□ 2	2.35	10:02	4:16	5	0:41	29	2:00	4.02	16:33	4:07	5	1:01	31	3:07	
□□ 3	2.35	10:16	4:22	5	0:49	30	2:41	6.37	26:49	4:12	5	1:40	29	5:19	
□□ 4	2.35	10:20	4:23	5	0:48	31	2:13	8.72	37:09	4:15	5	2:27	28	7:32	
□□□ Ziel	1.28	5:42	4:27	4	0:25	31	1:21	10.00	42:51	4:17	5	2:52	28	8:45	