



# 25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

**Kurtz, Ralf**

□□: Erfurt

□□: 346

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 43:27

□□: 13.81 km/h

□□□□: 4:20 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 127)

□□□□□/□: 32 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 4(of 11)

□□□□□□□: 41:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:36	3:57	3	0:03	34	1:12	1.67	6:36	3:57	3	0:03	34	1:12	
□□ 2	2.35	10:24	4:25	5	0:44	42	2:22	4.02	17:00	4:13	5	0:47	38	3:34	
□□ 3	2.35	10:23	4:25	4	0:38	35	2:48	6.37	27:23	4:17	4	1:25	37	5:53	
□□ 4	2.35	10:27	4:26	4	0:33	33	2:20	8.72	37:50	4:20	4	1:58	33	8:13	
□□□ Ziel	1.28	5:37	4:23	3	0:08	25	1:16	10.00	43:27	4:20	4	2:01	32	9:21	