



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Meurer, Ingo

□□: Die flinken Gerataler/SV Olympia Neustadt

□□: 353

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 43:54

□□: 13.67 km/h

□□□□: 4:23 min/km

□□□□□/□□□□: 38 (of 127)

□□□□□/□: 37 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 6(of 13)

□□□□□□□: 37:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:49	4:04	9	1:02	40	1:25	1.67	6:49	4:04	9	1:02	40	1:25
□□ 2	2.35	10:15	4:21	6	1:21	37	2:13	4.02	17:04	4:14	6	2:23	40	3:38
□□ 3	2.35	10:34	4:29	7	1:09	41	2:59	6.37	27:38	4:20	6	3:32	40	6:08
□□ 4	2.35	10:33	4:29	7	1:09	35	2:26	8.72	38:11	4:22	6	4:41	39	8:34
□□□ Ziel	1.28	5:43	4:27	6	1:22	33	1:22	10.00	43:54	4:23	6	6:03	37	9:48