



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Schlegel, Andreas

□□: Marienstift Arnstadt

□□: 409

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 44:40

□□: 13.43 km/h

□□□□: 4:28 min/km

□□□□□/□□□: 46 (of 127)

□□□□□/□: 44 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 6(of 11)

□□□□□□□: 41:26

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 1.67 | 6:54 | 4:07 | 6 | 0:21 | 44 | 1:30 | 1.67 | 6:54 | 4:07 | 6 | 0:21 | 44 | 1:30 | |
| □□ 2 | 2.35 | 10:26 | 4:26 | 6 | 0:46 | 43 | 2:24 | 4.02 | 17:20 | 4:18 | 6 | 1:07 | 45 | 3:54 | |
| □□ 3 | 2.35 | 10:41 | 4:32 | 7 | 0:56 | 44 | 3:06 | 6.37 | 28:01 | 4:23 | 6 | 2:03 | 44 | 6:31 | |
| □□ 4 | 2.35 | 10:51 | 4:37 | 7 | 0:57 | 45 | 2:44 | 8.72 | 38:52 | 4:27 | 6 | 3:00 | 43 | 9:15 | |
| □□□ Ziel | 1.28 | 5:48 | 4:31 | 6 | 0:19 | 40 | 1:27 | 10.00 | 44:40 | 4:28 | 6 | 3:14 | 44 | 10:34 | |