



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Harmut, Wächter

□□: LSV LOG Arnstadt
 □□: 399

□□: 10.00 km
 Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:
 Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 44:14

□□: 13.56 km/h
 □□□□: 4:25 min/km

□□□□□/□□□: 44 (of 127)

□□□□□/□: 42 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 44:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:32	3:54	1	-	29	1:08	1.67	6:32	3:54	1	-	29	1:08
□□ 2	2.35	10:11	4:19	1	-	34	2:09	4.02	16:43	4:09	1	-	32	3:17
□□ 3	2.35	10:35	4:30	1	-	42	3:00	6.37	27:18	4:17	1	-	34	5:48
□□ 4	2.35	10:49	4:36	1	-	43	2:42	8.72	38:07	4:22	1	-	38	8:30
□□□ Ziel	1.28	6:07	4:46	1	-	51	1:46	10.00	44:14	4:25	1	-	42	10:08