



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Grundwald, Maxe

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt

□□: 400

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 47:48

□□: 12.55 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 61 (of 127)

□□□□□/□: 58 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 7(of 15)

□□□□□□□: 39:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:00	4:11	5	1:15	48	1:36	1.67	7:00	4:11	5	1:15	48	1:36	
□□ 2	2.35	11:03	4:42	7	1:57	60	3:01	4.02	18:03	4:29	7	3:12	54	4:37	
□□ 3	2.35	11:44	4:59	8	2:14	66	4:09	6.37	29:47	4:40	7	5:26	60	8:17	
□□ 4	2.35	11:48	5:01	9	2:07	68	3:41	8.72	41:35	4:46	7	7:33	60	11:58	
□□□ Ziel	1.28	6:13	4:51	7	0:56	56	1:52	10.00	47:48	4:46	7	8:23	58	13:42	