



# 25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Schäge, Michael

□□: TSV 09 Arnstadt e. V.

□□: 407

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 49:34

□□: 12.10 km/h

□□□□: 4:58 min/km

□□□□□/□□□□: 77 (of 127)

□□□□□/□: 73 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 11(of 15)

□□□□□□□: 39:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.67	7:32	4:30	9	1:47	73	2:08	1.67	7:32	4:30	9	1:47	73	2:08
□□ 2	2.35	11:29	4:53	9	2:23	70	3:27	4.02	19:01	4:43	8	4:10	69	5:35
□□ 3	2.35	12:04	5:08	12	2:34	83	4:29	6.37	31:05	4:52	11	6:44	74	9:35
□□ 4	2.35	11:54	5:03	10	2:13	72	3:47	8.72	42:59	4:55	10	8:57	73	13:22
□□□ Ziel	1.28	6:35	5:08	10	1:18	74	2:14	10.00	49:34	4:57	11	10:09	73	15:28