



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Urbanneck, Oliver

□□: Arnstadt

□□: 388

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 50:00

□□: 12.00 km/h

□□□□: 5:00 min/km

□□□□□/□□□: 84 (of 127)

□□□□□/□: 78 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 12(of 15)

□□□□□□□: 39:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:51	4:42	12	2:06	82	2:27	1.67	7:51	4:42	12	2:06	82	2:27
□□ 2	2.35	11:36	4:56	12	2:30	77	3:34	4.02	19:27	4:50	13	4:36	82	6:01
□□ 3	2.35	11:57	5:05	10	2:27	75	4:22	6.37	31:24	4:55	12	7:03	77	9:54
□□ 4	2.35	12:01	5:06	11	2:20	75	3:54	8.72	43:25	4:58	12	9:23	76	13:48
□□□ Ziel	1.28	6:35	5:08	10	1:18	74	2:14	10.00	50:00	5:00	12	10:35	78	15:54