



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Malissek, Mario

□□: Arnstadt

□□: 351

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 51:28

□□: 11.66 km/h

□□□□: 5:09 min/km

□□□□□/□□□: 96 (of 127)

□□□□□/□: 86 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 12(of 13)

□□□□□□□: 37:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:36	4:33	11	1:49	77	2:12	1.67	7:36	4:33	11	1:49	77	2:12
□□ 2	2.35	11:46	5:00	12	2:52	84	3:44	4.02	19:22	4:49	11	4:41	80	5:56
□□ 3	2.35	12:15	5:12	12	2:50	86	4:40	6.37	31:37	4:57	12	7:31	82	10:07
□□ 4	2.35	12:34	5:20	12	3:10	86	4:27	8.72	44:11	5:04	12	10:41	84	14:34
□□□ Ziel	1.28	7:17	5:41	12	2:56	97	2:56	10.00	51:28	5:08	12	13:37	86	17:22