



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Zeiger, Thomas

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt

□□: 393

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 39:59

□□: 15.01 km/h

□□□□: 4:00 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 127)

□□□□□/□: 15 (of 105)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 1(of 12)

□□□□□□□: 39:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:18	3:46	3	0:07	17	0:54	1.67	6:18	3:46	3	0:07	17	0:54	
□□ 2	2.35	9:25	4:00	2	0:04	15	1:23	4.02	15:43	3:54	2	0:11	14	2:17	
□□ 3	2.35	9:27	4:01	1	-	13	1:52	6.37	25:10	3:57	2	0:01	14	3:40	
□□ 4	2.35	9:32	4:03	1	-	12	1:25	8.72	34:42	3:58	1	-	12	5:05	
□□□ Ziel	1.28	5:17	4:07	1	-	15	0:56	10.00	39:59	3:59	1	-	15	5:53	