



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Prasser, Niels

□□: SG Motor Arnstadt

□□: 28

□□: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 15:06

□□: 11.92 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 62)

□□□□□/□: 21 (of 37)

□□□□□□: 10:25

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 15:06

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|----------|------|------|--------|----|----|----|------|------|-------|--------|----|----|----|------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| □□ 1 | 1.72 | 8:38 | 5:01 | 1 | - | 24 | 2:59 | 1.72 | 8:38 | 5:01 | 1 | - | 24 | 2:59 |
| □□□ Ziel | 1.28 | 6:28 | 5:03 | 1 | - | 16 | 1:42 | 3.00 | 15:06 | 5:01 | 1 | - | 21 | 4:41 |