



# 25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Stüber, Frank

□□: Arnstadt

□□: 164

□□: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 20:39

□□: 14.53 km/h

□□□□: 4:08 min/km

□□□□□/□□□: 5 (of 58)

□□□□□/□: 5 (of 39)

□□□□□□: 17:32

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 20:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.38	5:27	3:56	1	-	7	0:47	1.38	5:27	3:56	1	-	7	0:47
□□ 2	2.34	9:48	4:11	1	-	7	1:55	3.72	15:15	4:05	1	-	6	2:21
□□□ Ziel	1.28	5:24	4:13	1	-	5	0:46	5.00	20:39	4:07	1	-	5	3:07