



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Bordel, Jan

□□: Arnstadt

□□: 5

□□: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 17:42

□□: 10.17 km/h

□□□□: 5:54 min/km

□□□□□/□□□: 43 (of 62)

□□□□□/□: 27 (of 37)

□□□□□□: 10:25

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 10:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.72	9:26	5:29	3	3:47	28	3:47	1.72	9:26	5:29	3	3:47	28	3:47
□□□ Ziel	1.28	8:16	6:27	3	3:30	25	3:30	3.00	17:42	5:53	3	7:17	27	7:17