



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Schumacher, Michael

□□: Arnstadt

□□: 159

□□: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 22:29

□□: 13.34 km/h

□□□□: 4:30 min/km

□□□□□/□□□: 12 (of 58)

□□□□□/□: 10 (of 39)

□□□□□□: 17:32

□□□□□: 2(of 10)

□□□□□□□: 17:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	5:31	3:59	2	0:51	11	0:51	1.38	5:31	3:59	2	0:51	11	0:51
□□ 2	2.34	10:48	4:36	2	2:34	11	2:55	3.72	16:19	4:23	2	3:25	11	3:25
□□□ Ziel	1.28	6:10	4:49	2	1:32	10	1:32	5.00	22:29	4:29	2	4:57	10	4:57