



# 25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Urban, Ole

□□: Arnstadt

□□: 167

□□: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

□□□□:

männliche Jugend M14 (14 Jahre)

□□□: 23:41

□□: 12.67 km/h

□□□□: 4:44 min/km

□□□□□/□□□: 20 (of 58)

□□□□□/□: 16 (of 39)

□□□□□□: 17:32

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 23:41

□□□□

□□□□

□□□

| □□□      | □□   | □□    | □□     | □□ | □□   | □□ | □□   | □□□  | □□□   | □□□    | □□ | □□   | □□ | □□   |
|----------|------|-------|--------|----|------|----|------|------|-------|--------|----|------|----|------|
|          | km   | □□    | min/km | -  | -    | □  | □    | km   | □□    | min/km | -  | -    | □  | □    |
| □□ 1     | 1.38 | 5:24  | 3:54   | 1  | -    | 6  | 0:44 | 1.38 | 5:24  | 3:54   | 1  | -    | 6  | 0:44 |
| □□ 2     | 2.34 | 12:00 | 5:07   | 2  | 4:07 | 23 | 4:07 | 3.72 | 17:24 | 4:40   | 2  | 3:22 | 19 | 4:30 |
| □□□ Ziel | 1.28 | 6:17  | 4:54   | 1  | -    | 13 | 1:39 | 5.00 | 23:41 | 4:44   | 1  | -    | 16 | 6:09 |