



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

May, Sebastian

□□: SG Einheit Arnstadt/ KLJ Arnstadt
 □□: 202

□□: 10.00 km
 Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:
 Männer (20-29 Jahre)

□□□: 42:20

□□: 14.17 km/h
 □□□□: 4:14 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 84)

□□□□□/□: 14 (of 61)

□□□□□□: 37:26

□□□□□: 1(of 5)

□□□□□□□: 42:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:51	4:06	2	0:49	19	0:50	1.67	6:51	4:06	2	0:49	19	0:50
□□ 2	2.35	9:43	4:08	1	-	7	0:43	4.02	16:34	4:07	2	0:47	14	1:28
□□ 3	2.35	9:44	4:08	1	-	5	0:46	6.37	26:18	4:07	1	-	11	2:05
□□ 4	2.35	10:26	4:26	2	0:12	17	1:34	8.72	36:44	4:12	1	-	13	3:38
□□□ Ziel	1.28	5:36	4:22	3	0:36	20	1:16	10.00	42:20	4:14	1	-	14	4:54