



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Hupe, Hans-Reinhard

□□: LAC Eichsfeld

□□: 219

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 41:15

□□: 14.55 km/h

□□□□: 4:07 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 84)

□□□□□/□: 6 (of 61)

□□□□□□: 37:26

□□□□□: 2(of 8)

□□□□□□□: 37:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:34	3:55	2	0:19	7	0:33	1.67	6:34	3:55	2	0:19	7	0:33
□□ 2	2.35	9:44	4:08	2	0:44	8	0:44	4.02	16:18	4:03	2	1:03	7	1:12
□□ 3	2.35	9:51	4:11	2	0:53	10	0:53	6.37	26:09	4:06	2	1:56	5	1:56
□□ 4	2.35	9:52	4:11	2	0:59	4	1:00	8.72	36:01	4:07	2	2:55	5	2:55
□□□ Ziel	1.28	5:14	4:05	2	0:51	6	0:54	10.00	41:15	4:07	2	3:46	6	3:49