



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Schrickel, Andre

□□: WSV-Ilmenau
 □□: 235

□□: 10.00 km
 Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 42:37

□□: 14.08 km/h
 □□□□: 4:16 min/km

□□□□□/□□□: 17 (of 84)

□□□□□/□: 16 (of 61)

□□□□□□: 37:26

□□□□□: 4(of 8)

□□□□□□□: 37:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:54	4:07	4	0:39	22	0:53	1.67	6:54	4:07	4	0:39	22	0:53
□□ 2	2.35	9:50	4:11	4	0:50	13	0:50	4.02	16:44	4:09	4	1:29	17	1:38
□□ 3	2.35	10:10	4:19	4	1:12	15	1:12	6.37	26:54	4:13	4	2:41	16	2:41
□□ 4	2.35	10:14	4:21	4	1:21	13	1:22	8.72	37:08	4:15	4	4:02	16	4:02
□□□ Ziel	1.28	5:29	4:17	4	1:06	18	1:09	10.00	42:37	4:15	4	5:08	16	5:11