



26. Arnstädter Citylauf  
 Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Hülle, Jörg

□□: 244

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 46:51

□□: 12.81 km/h

□□□□: 4:41 min/km

□□□□□/□□□: 34 (of 84)

□□□□□/□: 32 (of 61)

□□□□□□: 37:26

□□□□□: 5(of 8)

□□□□□□□: 41:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:25	4:26	6	0:38	32	1:24	1.67	7:25	4:26	6	0:38	32	1:24	
□□ 2	2.35	10:58	4:40	5	1:16	32	1:58	4.02	18:23	4:34	6	1:50	33	3:17	
□□ 3	2.35	11:24	4:51	5	1:42	32	2:26	6.37	29:47	4:40	6	3:32	33	5:34	
□□ 4	2.35	11:13	4:46	4	1:18	29	2:21	8.72	41:00	4:42	5	4:50	32	7:54	
□□□ Ziel	1.28	5:51	4:34	5	0:39	30	1:31	10.00	46:51	4:41	5	5:29	32	9:25	