



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Klütsch, Carsten

□□: RSV Anler Arnstadt
 □□: 252

□□: 10.00 km
 Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 47:53

□□: 12.53 km/h
 □□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 37 (of 84)

□□□□□/□: 35 (of 61)

□□□□□□: 37:26

□□□□□: 5(of 9)

□□□□□□□: 41:29

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 1.67 | 7:39 | 4:34 | 4 | 0:57 | 38 | 1:38 | 1.67 | 7:39 | 4:34 | 4 | 0:57 | 38 | 1:38 |
| □□ 2 | 2.35 | 11:06 | 4:43 | 5 | 1:19 | 35 | 2:06 | 4.02 | 18:45 | 4:39 | 5 | 2:14 | 36 | 3:39 |
| □□ 3 | 2.35 | 11:32 | 4:54 | 5 | 1:47 | 35 | 2:34 | 6.37 | 30:17 | 4:45 | 5 | 4:00 | 35 | 6:04 |
| □□ 4 | 2.35 | 11:27 | 4:52 | 5 | 1:36 | 33 | 2:35 | 8.72 | 41:44 | 4:47 | 5 | 5:34 | 35 | 8:38 |
| □□□ Ziel | 1.28 | 6:09 | 4:48 | 5 | 0:55 | 38 | 1:49 | 10.00 | 47:53 | 4:47 | 5 | 6:24 | 35 | 10:27 |