



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Voßhage, Ron

□□: basketballverein Suhl e.v
 □□: 267

□□: 10.00 km
 Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:
 Männer (20-29 Jahre)

□□□: 49:03

□□: 12.23 km/h
 □□□□: 4:54 min/km

□□□□□/□□□: 43 (of 84)

□□□□□/□: 39 (of 61)

□□□□□□: 37:26

□□□□□: 5(of 5)

□□□□□□□: 42:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:28	4:28	5	1:26	33	1:27	1.67	7:28	4:28	5	1:26	33	1:27
□□ 2	2.35	11:40	4:57	5	1:57	45	2:40	4.02	19:08	4:45	5	3:21	40	4:02
□□ 3	2.35	12:03	5:07	5	2:19	44	3:05	6.37	31:11	4:53	5	4:53	42	6:58
□□ 4	2.35	11:51	5:02	4	1:37	39	2:59	8.72	43:02	4:56	5	6:18	41	9:56
□□□ Ziel	1.28	6:01	4:42	4	1:01	34	1:41	10.00	49:03	4:54	5	6:43	39	11:37