



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Schmidt, Thomas

□□□: 49:31

□□: 255

□□: 12.12 km/h

□□□□: 4:57 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□□: 50 (of 84)

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□□/□: 44 (of 61)

□□□□□□: 37:26

□□□□:

□□□□□: 7(of 9)

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□□□□□: 41:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ 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	11:34	4:55	6	1:47	42	2:34	4.02	19:13	4:46	6	2:42	42	4:07
□□ 3	2.35	12:01	5:06	7	2:16	43	3:03	6.37	31:14	4:54	6	4:57	43	7:01
□□ 4	2.35	12:03	5:07	7	2:12	44	3:11	8.72	43:17	4:57	7	7:07	44	10:11
□□□ Ziel	1.28	6:14	4:52	7	1:00	42	1:54	10.00	49:31	4:57	7	8:02	44	12:05