



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Neumann, Hans Jürgen

□□: Escola Popular

□□: 270

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:00:49

□□: 9.87 km/h

□□□□: 6:05 min/km

□□□□□/□□□: 81 (of 84)

□□□□□/□: 61 (of 61)

□□□□□□: 37:26

□□□□□: 5(of 5)

□□□□□□□: 41:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	8:41	5:11	4	2:05	59	2:40	1.67	8:41	5:11	4	2:05	59	2:40	
□□ 2	2.35	13:49	5:52	5	4:08	61	4:49	4.02	22:30	5:35	5	6:13	61	7:24	
□□ 3	2.35	15:11	6:27	5	5:10	61	6:13	6.37	37:41	5:54	5	11:23	61	13:28	
□□ 4	2.35	15:02	6:23	5	5:02	61	6:10	8.72	52:43	6:02	5	16:25	61	19:37	
□□□ Ziel	1.28	8:06	6:19	5	2:44	61	3:46	10.00	1:00:49	6:04	5	19:09	61	23:23	