



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Meurer, Ingo

□□: Die flinken Gerataler/SV Olympia Neustadt

□□: 124

□□: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 20:24

□□: 14.71 km/h

□□□□: 4:05 min/km

□□□□□/□□□: 4 (of 56)

□□□□□/□: 4 (of 36)

□□□□□□: 19:26

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 20:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	5:32	4:00	1	-	3	0:08	1.38	5:32	4:00	1	-	3	0:08	
□□ 2	2.34	9:37	4:06	1	-	4	0:25	3.72	15:09	4:04	1	-	4	0:32	
□□□ Ziel	1.28	5:15	4:06	1	-	4	0:26	5.00	20:24	4:04	1	-	4	0:58	