



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Lampert, Maik

□□: Feuerwer Arnstadt

□□: 15

□□: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 17:59

□□: 10.01 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 30 (of 39)

□□□□□/□: 15 (of 21)

□□□□□□: 11:59

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 17:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.72	9:45	5:40	1	-	14	2:43	1.72	9:45	5:40	1	-	14	2:43
□□□ Ziel	1.28	8:14	6:25	1	-	16	3:17	3.00	17:59	5:59	1	-	15	6:00