



# 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

**Kaiser, Marco**

□□: Triathlon Jena e.V.

□□: 118

□□: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 28:08

□□: 10.66 km/h

□□□□: 5:38 min/km

□□□□□/□□□: 31 (of 56)

□□□□□/□: 26 (of 36)

□□□□□□: 19:26

□□□□□: 4(of 5)

□□□□□□□: 21:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	7:25	5:22	4	1:50	32	2:01	1.38	7:25	5:22	4	1:50	32	2:01
□□ 2	2.34	13:31	5:46	4	3:23	25	4:19	3.72	20:56	5:37	4	5:12	28	6:19
□□□ Ziel	1.28	7:12	5:37	4	1:43	23	2:23	5.00	28:08	5:37	4	6:52	26	8:42