



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Aschenbach, Jörg

□□: N3 Engine Overhaul Services

□□: 109

□□: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 30:10

□□: 9.94 km/h

□□□□: 6:02 min/km

□□□□□/□□□: 48 (of 56)

□□□□□/□: 31 (of 36)

□□□□□□: 19:26

□□□□□: 6(of 6)

□□□□□□□: 19:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	7:25	5:22	6	2:00	32	2:01	1.38	7:25	5:22	6	2:00	32	2:01
□□ 2	2.34	14:32	6:12	5	5:20	31	5:20	3.72	21:57	5:54	6	7:20	33	7:20
□□□ Ziel	1.28	8:13	6:25	6	3:24	31	3:24	5.00	30:10	6:01	6	10:44	31	10:44