



# 27. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2017

□□□□

Stonek, Christian

□□: SV Arnstadt 02

□□: 232

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 46:59

□□: 12.77 km/h

□□□□: 4:42 min/km

□□□□□/□□□: 32 (of 62)

□□□□□/□: 29 (of 45)

□□□□□□: 31:41

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 41:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:12	4:18	3	0:45	25	2:11	1.67	7:12	4:18	3	0:45	25	2:11	
□□ 2	2.35	10:48	4:35	3	1:05	25	3:18	4.02	18:00	4:28	3	1:50	25	5:29	
□□ 3	2.35	11:04	4:42	3	1:06	28	3:31	6.37	29:04	4:33	3	2:50	25	9:00	
□□ 4	2.35	11:36	4:56	3	1:31	30	4:04	8.72	40:40	4:39	3	4:20	28	13:04	
□□□ Ziel	1.28	6:19	4:56	3	0:46	30	2:14	10.00	46:59	4:41	3	5:06	29	15:18	