



27. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2017

□□□□

Müller, Christoph

□□: Arnstadt

□□: 240

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 53:10

□□: 11.29 km/h

□□□□: 5:19 min/km

□□□□□/□□□: 42 (of 62)

□□□□□/□: 35 (of 45)

□□□□□□: 31:41

□□□□□: 4(of 4)

□□□□□□□: 41:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	8:07	4:51	4	1:40	36	3:06	1.67	8:07	4:51	4	1:40	36	3:06
□□ 2	2.35	12:20	5:14	4	2:37	35	4:50	4.02	20:27	5:05	4	4:17	35	7:56
□□ 3	2.35	12:41	5:23	4	2:43	35	5:08	6.37	33:08	5:12	4	6:54	35	13:04
□□ 4	2.35	12:52	5:28	4	2:47	39	5:20	8.72	46:00	5:16	4	9:40	35	18:24
□□□ Ziel	1.28	7:10	5:35	4	1:37	41	3:05	10.00	53:10	5:18	4	11:17	35	21:29