



# 27. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2017

□□□□

## Kneise, Wolfram

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt  
 □□: 241

□□: 10.00 km  
 n3 10-km-Lauf

□□□□:  
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 53:31

□□: 11.21 km/h  
 □□□□: 5:21 min/km

□□□□□/□□□□: 43 (of 62)

□□□□□/□: 36 (of 45)

□□□□□□: 31:41

□□□□□: 6(of 7)

□□□□□□□: 31:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	9:01	5:23	7	4:00	41	4:00	1.67	9:01	5:23	7	4:00	41	4:00
□□ 2	2.35	13:00	5:31	7	5:30	41	5:30	4.02	22:01	5:28	7	9:30	41	9:30
□□ 3	2.35	12:59	5:31	7	5:26	40	5:26	6.37	35:00	5:29	7	14:56	40	14:56
□□ 4	2.35	12:12	5:11	5	4:40	31	4:40	8.72	47:12	5:24	7	19:36	40	19:36
□□□ Ziel	1.28	6:19	4:56	5	2:14	30	2:14	10.00	53:31	5:21	6	21:50	36	21:50