



27. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2017

□□□□

Prassel, Niels

□□: SG Motor Arnstadt

□□: 30

□□: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 14:32

□□: 12.39 km/h

□□□□: 4:50 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 34)

□□□□□/□: 8 (of 18)

□□□□□□: 10:34

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 14:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.72	8:09	4:44	1	-	8	2:10	1.72	8:09	4:44	1	-	8	2:10
□□□ Ziel	1.28	6:23	4:59	1	-	11	1:48	3.00	14:32	4:50	1	-	8	3:58