



27. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2017

□□□□

Schneider, Bernhard

□□: Stützerbach

□□: 245

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 39:26

□□: 15.22 km/h

□□□□: 3:56 min/km

□□□□□/□□□□: 5 (of 62)

□□□□□/□: 5 (of 45)

□□□□□□: 31:41

□□□□□: 1(of 8)

□□□□□□□: 39:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	5:59	3:34	1	-	5	0:58	1.67	5:59	3:34	1	-	5	0:58
□□ 2	2.35	9:08	3:53	1	-	5	1:38	4.02	15:07	3:45	1	-	5	2:36
□□ 3	2.35	9:26	4:00	1	-	6	1:53	6.37	24:33	3:51	1	-	5	4:29
□□ 4	2.35	9:34	4:04	1	-	6	2:02	8.72	34:07	3:54	1	-	5	6:31
□□□ Ziel	1.28	5:19	4:09	1	-	10	1:14	10.00	39:26	3:56	1	-	5	7:45