



27. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2017

□□□□

Wolfig, Uwe

□□: Plaue

□□: 262

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 43:47

□□: 13.70 km/h

□□□□: 4:23 min/km

□□□□□/□□□: 17 (of 62)

□□□□□/□: 17 (of 45)

□□□□□□: 31:41

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 43:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:47	4:03	2	0:14	17	1:46	1.67	6:47	4:03	2	0:14	17	1:46	
□□ 2	2.35	10:10	4:19	2	0:05	17	2:40	4.02	16:57	4:12	2	0:19	18	4:26	
□□ 3	2.35	10:27	4:26	1	-	16	2:54	6.37	27:24	4:18	2	0:12	17	7:20	
□□ 4	2.35	10:33	4:29	1	-	17	3:01	8.72	37:57	4:21	2	0:07	17	10:21	
□□□ Ziel	1.28	5:50	4:33	2	0:05	19	1:45	10.00	43:47	4:22	2	0:12	17	12:06	