



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

Laute, Andreas

□□: SV TU Ilmenau

□□: 289

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 46:17

□□: 12.96 km/h

□□□□: 4:38 min/km

□□□□□/□□□: 25 (of 96)

□□□□□/□: 23 (of 62)

□□□□□□: 35:39

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 40:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:11	4:18	2	0:47	21	1:40	1.67	7:11	4:18	2	0:47	21	1:40	
□□ 2	2.35	10:48	4:35	3	1:25	22	2:31	4.02	17:59	4:28	3	2:12	23	4:11	
□□ 3	2.35	10:59	4:40	3	1:15	21	2:28	6.37	28:58	4:32	3	3:27	22	6:39	
□□ 4	2.35	11:05	4:42	3	1:13	21	2:32	8.72	40:03	4:35	3	4:40	22	9:11	
□□□ Ziel	1.28	6:14	4:52	3	0:39	21	1:27	10.00	46:17	4:37	3	5:19	23	10:38	