



# 28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

Grossmann, Florian

□□: Langewiesen

□□: 265

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 47:56

□□: 12.52 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 27 (of 96)

□□□□□/□: 24 (of 62)

□□□□□□: 35:39

□□□□□: 4(of 15)

□□□□□□□: 38:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:58	4:10	4	1:03	17	1:27	1.67	6:58	4:10	4	1:03	17	1:27
□□ 2	2.35	10:55	4:38	4	1:50	23	2:38	4.02	17:53	4:26	4	2:53	20	4:05
□□ 3	2.35	11:36	4:56	6	2:27	25	3:05	6.37	29:29	4:37	4	5:20	23	7:10
□□ 4	2.35	11:55	5:04	9	2:51	28	3:22	8.72	41:24	4:44	4	8:11	23	10:32
□□□ Ziel	1.28	6:32	5:06	7	1:18	26	1:45	10.00	47:56	4:47	4	9:29	24	12:17