



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

Stonek, Christian

□□: Liberales Laufteam

□□: 275

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 51:06

□□: 11.74 km/h

□□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□□: 35 (of 96)

□□□□□/□: 32 (of 62)

□□□□□□: 35:39

□□□□□: 6(of 7)

□□□□□□□: 42:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:29	4:28	5	1:07	29	1:58	1.67	7:29	4:28	5	1:07	29	1:58
□□ 2	2.35	11:39	4:57	6	1:42	29	3:22	4.02	19:08	4:45	5	2:43	29	5:20
□□ 3	2.35	12:29	5:18	6	2:26	37	3:58	6.37	31:37	4:57	6	5:05	30	9:18
□□ 4	2.35	12:27	5:17	5	2:17	34	3:54	8.72	44:04	5:03	6	7:22	30	13:12
□□□ Ziel	1.28	7:02	5:29	6	1:22	43	2:15	10.00	51:06	5:06	6	8:44	32	15:27