



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

Braun, Christian

□□: Gotha

□□: 273

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 59:43

□□: 10.05 km/h

□□□□: 5:58 min/km

□□□□□/□□□: 83 (of 96)

□□□□□/□: 59 (of 62)

□□□□□□: 35:39

□□□□□: 7(of 7)

□□□□□□□: 42:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	9:52	5:54	7	3:30	60	4:21	1.67	9:52	5:54	7	3:30	60	4:21	
□□ 2	2.35	13:59	5:57	7	4:02	60	5:42	4.02	23:51	5:55	7	7:26	60	10:03	
□□ 3	2.35	13:52	5:54	7	3:49	53	5:21	6.37	37:43	5:55	7	11:11	60	15:24	
□□ 4	2.35	14:22	6:06	7	4:12	55	5:49	8.72	52:05	5:58	7	15:23	59	21:13	
□□□ Ziel	1.28	7:38	5:57	7	1:58	52	2:51	10.00	59:43	5:58	7	17:21	59	24:04	