



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

Müller, Christoph

□□: Arnstadt

□□: 252

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:00:44

□□: 9.88 km/h

□□□□: 6:04 min/km

□□□□□/□□□: 86 (of 96)

□□□□□/□: 61 (of 62)

□□□□□□: 35:39

□□□□□: 10(of 10)

□□□□□□□: 41:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	8:59	5:22	10	2:41	53	3:28	1.67	8:59	5:22	10	2:41	53	3:28
□□ 2	2.35	13:50	5:53	10	4:16	56	5:33	4.02	22:49	5:40	10	6:57	55	9:01
□□ 3	2.35	14:44	6:16	10	4:40	60	6:13	6.37	37:33	5:53	10	11:37	59	15:14
□□ 4	2.35	14:47	6:17	10	4:38	58	6:14	8.72	52:20	6:00	10	16:15	60	21:28
□□□ Ziel	1.28	8:24	6:33	10	2:50	60	3:37	10.00	1:00:44	6:04	10	18:54	61	25:05