



# 28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

**Prasser, Niels**

□□: SG Motor Arnstadt

□□: 24

□□: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 14:53

□□: 12.09 km/h

□□□□: 4:58 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 39)

□□□□□/□: 12 (of 16)

□□□□□□: 11:37

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 14:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.72	8:11	4:45	1	-	11	1:46	1.72	8:11	4:45	1	-	11	1:46
□□□ Ziel	1.28	6:42	5:14	1	-	12	1:30	3.00	14:53	4:57	1	-	12	3:16