



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

GARZ, Christian

□□: N3

□□: 106

□□: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 20:18

□□: 14.78 km/h

□□□□: 4:04 min/km

□□□□□/□□□: 5 (of 41)

□□□□□/□: 5 (of 29)

□□□□□□: 16:43

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 19:35

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 1.38 | 5:04 | 3:40 | 2 | 0:07 | 4 | 0:38 | 1.38 | 5:04 | 3:40 | 2 | 0:07 | 4 | 0:38 |
| □□ 2 | 2.34 | 9:51 | 4:12 | 3 | 0:30 | 7 | 1:54 | 3.72 | 14:55 | 4:00 | 2 | 0:37 | 7 | 2:32 |
| □□□ Ziel | 1.28 | 5:23 | 4:12 | 2 | 0:06 | 5 | 1:03 | 5.00 | 20:18 | 4:03 | 2 | 0:43 | 5 | 3:35 |