



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

BOUMAN, Jasper

□□: N3

□□: 102

□□: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 23:18

□□: 12.88 km/h

□□□□: 4:40 min/km

□□□□□/□□□: 10 (of 41)

□□□□□/□: 10 (of 29)

□□□□□□: 16:43

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 23:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	5:51	4:14	1	-	11	1:25	1.38	5:51	4:14	1	-	11	1:25	
□□ 2	2.34	11:18	4:49	1	-	11	3:21	3.72	17:09	4:36	1	-	11	4:46	
□□□ Ziel	1.28	6:09	4:48	1	-	11	1:49	5.00	23:18	4:39	1	-	10	6:35	