



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

Schalk, Udo

□□: Dream Team Ilmenau

□□: 148

□□: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 23:27

□□: 12.79 km/h

□□□□: 4:41 min/km

□□□□□/□□□: 12 (of 41)

□□□□□/□: 12 (of 29)

□□□□□□: 16:43

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 23:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.38	6:07	4:25	1	-	15	1:41	1.38	6:07	4:25	1	-	15	1:41
□□ 2	2.34	11:21	4:51	1	-	12	3:24	3.72	17:28	4:41	1	-	13	5:05
□□□ Ziel	1.28	5:59	4:40	1	-	9	1:39	5.00	23:27	4:41	1	-	12	6:44