



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

Berzen, Ronny

□□: VfB Torpedo Ichttershausen

□□: 133

□□: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 24:22

□□: 12.31 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 41)

□□□□□/□: 14 (of 29)

□□□□□□: 16:43

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 23:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.38	6:15	4:31	3	0:24	16	1:49	1.38	6:15	4:31	3	0:24	16	1:49
□□ 2	2.34	11:37	4:57	2	0:19	14	3:40	3.72	17:52	4:48	3	0:43	15	5:29
□□□ Ziel	1.28	6:30	5:04	2	0:21	13	2:10	5.00	24:22	4:52	2	1:04	14	7:39