



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

Höhne, Andreas

□□: SV Thuringia Königsee

□□: 297

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 42:48

□□: 14.02 km/h

□□□□: 4:17 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 96)

□□□□□/□: 10 (of 62)

□□□□□□: 35:39

□□□□□: 2(of 10)

□□□□□□□: 41:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:34	3:55	3	0:16	12	1:03	1.67	6:34	3:55	3	0:16	12	1:03	
□□ 2	2.35	9:50	4:11	2	0:16	8	1:33	4.02	16:24	4:04	2	0:32	8	2:36	
□□ 3	2.35	10:21	4:24	4	0:17	12	1:50	6.37	26:45	4:11	2	0:49	9	4:26	
□□ 4	2.35	10:29	4:27	2	0:20	11	1:56	8.72	37:14	4:16	2	1:09	10	6:22	
□□□ Ziel	1.28	5:34	4:20	1	-	6	0:47	10.00	42:48	4:16	2	0:58	10	7:09	