



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

Schnauß, Markus

□□: Kath. Laufjugend Arnstadt

□□: 251

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 42:58

□□: 13.96 km/h

□□□□: 4:18 min/km

□□□□□/□□□□: 12 (of 96)

□□□□□/□: 11 (of 62)

□□□□□□: 35:39

□□□□□: 2(of 7)

□□□□□□□: 42:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:50	4:05	3	0:28	16	1:19	1.67	6:50	4:05	3	0:28	16	1:19	
□□ 2	2.35	9:57	4:14	1	-	9	1:40	4.02	16:47	4:10	3	0:22	14	2:59	
□□ 3	2.35	10:03	4:16	1	-	7	1:32	6.37	26:50	4:12	2	0:18	11	4:31	
□□ 4	2.35	10:18	4:22	2	0:08	9	1:45	8.72	37:08	4:15	2	0:26	9	6:16	
□□□ Ziel	1.28	5:50	4:33	3	0:10	14	1:03	10.00	42:58	4:17	2	0:36	11	7:19	