



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

HOFMANN, Mario

□□□: 43:04

□□: Die flinken Gerataler / TSV 1880 Elgersburg

□□: 13.93 km/h

□□: 222

□□□□: 4:19 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 13 (of 96)

n3 10-km-Lauf

□□□□□/□: 12 (of 62)

□□□□:

□□□□□: 3(of 10)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□□□□: 41:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.67	6:33	3:55	2	0:15	11	1:02	1.67	6:33	3:55	2	0:15	11	1:02
□□ 2	2.35	10:00	4:15	3	0:26	12	1:43	4.02	16:33	4:07	3	0:41	10	2:45
□□ 3	2.35	10:16	4:22	3	0:12	11	1:45	6.37	26:49	4:12	3	0:53	10	4:30
□□ 4	2.35	10:31	4:28	3	0:22	13	1:58	8.72	37:20	4:16	3	1:15	11	6:28
□□□ Ziel	1.28	5:44	4:28	3	0:10	12	0:57	10.00	43:04	4:18	3	1:14	12	7:25