



# 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

**Hlavaty, Oliver**

□□: N3 Sportverein e.V.

□□: 18

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 42:44

□□: 14.04 km/h

□□□□: 4:16 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 72)

□□□□□/□: 8 (of 57)

□□□□□□: 36:38

□□□□□: 3(of 14)

□□□□□□□: 37:12

□□□□

□□□□

□□□

| □□□      | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1     | 1.67     | 6:21     | 3:48         | 3       | 0:32    | 8       | 0:33    | 1.67  | 6:21      | 3:48      | 3             | 0:32    | 8       | 0:33    |         |
| □□ 2     | 2.35     | 10:00    | 4:15         | 3       | 1:20    | 8       | 1:25    | 4.02  | 16:21     | 4:04      | 3             | 1:52    | 8       | 1:58    |         |
| □□ 3     | 2.35     | 10:13    | 4:20         | 3       | 1:19    | 8       | 1:32    | 6.37  | 26:34     | 4:10      | 3             | 3:11    | 8       | 3:30    |         |
| □□ 4     | 2.35     | 10:28    | 4:27         | 3       | 1:26    | 8       | 1:47    | 8.72  | 37:02     | 4:14      | 3             | 4:37    | 8       | 5:17    |         |
| □□□ Ziel | 1.28     | 5:42     | 4:27         | 4       | 0:55    | 10      | 0:56    | 10.00 | 42:44     | 4:16      | 3             | 5:32    | 8       | 6:06    |         |