



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Spaleck, Tom

□□: VfB Torpedo Ichtershausen

□□: 38

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

männliche Jugend U18 (16-17 Jahre)

□□□: 44:10

□□: 13.58 km/h

□□□□: 4:25 min/km

□□□□□/□□□: 13 (of 72)

□□□□□/□: 12 (of 57)

□□□□□□: 36:38

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 44:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:50	4:05	1	-	12	1:02	1.67	6:50	4:05	1	-	12	1:02	
□□ 2	2.35	10:19	4:23	1	-	12	1:44	4.02	17:09	4:15	1	-	12	2:46	
□□ 3	2.35	10:22	4:24	1	-	10	1:41	6.37	27:31	4:19	1	-	11	4:27	
□□ 4	2.35	10:42	4:33	1	-	13	2:01	8.72	38:13	4:22	1	-	12	6:28	
□□□ Ziel	1.28	5:57	4:38	1	-	17	1:11	10.00	44:10	4:24	1	-	12	7:32	