



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Grossmann, Florian

□□□: 44:45

□□: Langwiesen

□□: 13.41 km/h

□□: 62

□□□□: 4:28 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 17 (of 72)

n3 10-km-Lauf

□□□□□/□: 16 (of 57)

□□□□□□: 36:38

□□□□:

□□□□□: 5(of 14)

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□□□□□: 37:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:54	4:07	4	1:05	16	1:06	1.67	6:54	4:07	4	1:05	16	1:06
□□ 2	2.35	10:42	4:33	5	2:02	20	2:07	4.02	17:36	4:22	4	3:07	17	3:13
□□ 3	2.35	10:35	4:30	5	1:41	15	1:54	6.37	28:11	4:25	5	4:48	17	5:07
□□ 4	2.35	10:49	4:36	5	1:47	17	2:08	8.72	39:00	4:28	5	6:35	16	7:15
□□□ Ziel	1.28	5:45	4:29	5	0:58	12	0:59	10.00	44:45	4:28	5	7:33	16	8:07