



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Marquardt, Christian

□□: SV Motor Königsee

□□: 208

□□: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 20:32

□□: 14.61 km/h

□□□□: 4:07 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 52)

□□□□□/□: 8 (of 34)

□□□□□□: 18:08

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 20:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.38	4:52	3:31	1	-	3	0:20	1.38	4:52	3:31	1	-	3	0:20
□□ 2	2.34	10:01	4:16	1	-	9	1:21	3.72	14:53	4:00	1	-	5	1:41
□□□ Ziel	1.28	5:39	4:24	1	-	10	0:43	5.00	20:32	4:06	1	-	8	2:24