



# 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Urbanneck, Oliver

□□: N3 Sportverein e.V.

□□: 182

□□: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 25:16

□□: 11.87 km/h

□□□□: 5:03 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 52)

□□□□□/□: 18 (of 34)

□□□□□□: 18:08

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 25:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	7:06	5:08	2	1:00	29	2:34	1.38	7:06	5:08	2	1:00	29	2:34
□□ 2	2.34	11:53	5:04	1	-	16	3:13	3.72	18:59	5:06	1	-	20	5:47
□□□ Ziel	1.28	6:17	4:54	1	-	15	1:21	5.00	25:16	5:03	1	-	18	7:08