



# 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

**Prasser, Niels**

□□: SG Motor Arnstadt

□□: 190

□□: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 26:35

□□: 11.29 km/h

□□□□: 5:19 min/km

□□□□□/□□□: 27 (of 52)

□□□□□/□: 25 (of 34)

□□□□□□: 18:08

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 22:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	6:46	4:54	2	1:18	23	2:14	1.38	6:46	4:54	2	1:18	23	2:14	
□□ 2	2.34	12:43	5:26	2	2:01	23	4:03	3.72	19:29	5:14	2	3:19	22	6:17	
□□□ Ziel	1.28	7:06	5:32	2	1:12	24	2:10	5.00	26:35	5:18	2	4:31	25	8:27	