



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Becker, Markus

□□: Arnstadt

□□: 406

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 47:53

□□: 12.53 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 92 (of 153)

□□□□□/□: 87 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 15(of 18)

□□□□□□□: 36:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	5:44	4:26	14	4:37	83	4:37	1.29	5:44	4:26	5	2:11	98	1:11
□□ 2	2,075.00	9:26	0:00	14	6:37	79	6:37	2,076.29	15:10	0:00	5	7:37	98	4:37
□□ 3	2,075.00	9:55	0:00	14	6:55	87	6:55	4,151.29	25:05	0:00	5	14:32	98	7:32
□□ 4	2,075.00	10:22	0:00	16	3:22	96	9:54	6,226.29	35:27	0:00	5	17:54	98	10:54
□□ 5	2,075.00	10:24	0:00	14	4:24	92	6:24	8,301.29	45:51	0:00	5	18:18	96	9:18
□□□ □□	411.00	2:02	0:00	13	0:19	80	0:43	10.00	47:53	4:47	15	11:31	87	16:23