



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Pawlik, Mario

□□: Pawliks Lauffamily

□□: 317

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Männer M35

□□□: 38:08

□□: 15.73 km/h

□□□□: 3:49 min/km

□□□□□/□□□□: 19 (of 153)

□□□□□/□: 19 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 2(of 9)

□□□□□□□: 35:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	4:28	3:27	4	0:50	22	3:21	1.29	4:28	3:27	2	0:50	10	
□□ 2	2,075.00	7:39	0:00	2	0:15	25	4:50	2,076.29	12:07	0:00	2		10	1:34
□□ 3	2,075.00	7:56	0:00	2	0:26	21	4:56	4,151.29	20:03	0:00	2		10	2:30
□□ 4	2,075.00	8:09	0:00	3	0:40	28	7:41	6,226.29	28:12	0:00	2		10	3:39
□□ 5	2,075.00	8:13	0:00	4	0:43	26	4:13	8,301.29	36:25	0:00	2		10	
□□□ □□	411.00	1:43	0:00	6	0:11	34	0:24	10.00	38:08	3:48	2	2:20	19	6:38