



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Hantsche, Gerd

□□: USV Jena

□□: 354

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Männer M55

□□□: 53:40

□□: 11.18 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 127 (of 153)

□□□□□/□: 116 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 9(of 12)

□□□□□□□: 38:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	6:02	4:40	9	1:22	98	4:55	1.29	6:02	4:40	10	1:21	90	1:29
□□ 2	2,075.00	11:05	0:00	10	3:15	116	8:16	2,076.29	17:07	0:00	10	4:36	118	6:34
□□ 3	2,075.00	11:12	0:00	10	3:06	116	8:12	4,151.29	28:19	0:00	10	7:42	118	10:46
□□ 4	2,075.00	11:38	0:00	9	3:32	115	11:10	6,226.29	39:57	0:00	10	11:14	118	15:24
□□ 5	2,075.00	11:22	0:00	9	3:13	109	7:22	8,301.29	51:19	0:00	10	14:27	116	14:46
□□□ □□	411.00	2:21	0:00	10	0:40	103	1:02	10.00	53:40	5:21	9	15:06	116	22:10