



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Diez, Utz

□□: USV Jena

□□: 314

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Männer M75

□□□: 1:12:00

□□: 8.33 km/h

□□□□: 7:12 min/km

□□□□□/□□□: 151 (of 153)

□□□□□/□: 128 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 5(of 5)

□□□□□□□: 1:00:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	8:13	6:22	4	1:08	125	7:06	1.29	8:13	6:22	1	-	13	3:40	
□□ 2	2,075.00	14:05	0:00	5	2:40	125	11:16	2,076.29	22:18	0:00	1	-	13	11:45	
□□ 3	2,075.00	15:23	0:00	5	3:45	127	12:23	4,151.29	37:41	0:00	1	-	13	20:08	
□□ 4	2,075.00	15:01	0:00	5	3:51	128	14:33	6,226.29	52:42	0:00	1	-	13	28:09	
□□ 5	2,075.00	16:13	0:00	5	4:53	125	12:13	8,301.29	1:08:55	0:00	1	-	13	32:22	
□□□ □□	411.00	3:05	0:00	3	0:22	113	1:46	10.00	1:12:00	7:12	5	11:01	128	40:30	