



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Fleischer, Stephan

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt
 □□: 323

□□: 10.00 km
 Köstritzer Lauf

□□□□:
 Männer M30

□□□: 51:16

□□: 11.70 km/h
 □□□□: 5:08 min/km

□□□□□/□□□: 114 (of 153)

□□□□□/□: 106 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 14(of 18)

□□□□□□□: 33:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	6:10	4:46	13	2:02	104	5:03	1.29	6:10	4:46	10	0:55	15	1:37	
□□ 2	2,075.00	10:09	0:00	13	3:12	102	7:20	2,076.29	16:19	0:00	10	2:01	15	5:46	
□□ 3	2,075.00	10:25	0:00	14	3:27	104	7:25	4,151.29	26:44	0:00	10	3:18	15	9:11	
□□ 4	2,075.00	10:54	0:00	14	4:02	107	10:26	6,226.29	37:38	0:00	10	4:52	15	13:05	
□□ 5	2,075.00	11:13	0:00	15	4:21	107	7:13	8,301.29	48:51	0:00	10	7:01	15	12:18	
□□□ □□	411.00	2:25	0:00	17	0:57	105	1:06	10.00	51:16	5:07	14	18:01	106	19:46	