



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Fleischer, Heimbert

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt

□□: 327

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Männer M55

□□□: 46:53

□□: 12.80 km/h

□□□□: 4:41 min/km

□□□□□/□□□: 85 (of 153)

□□□□□/□: 82 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 5(of 12)

□□□□□□□: 38:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	5:50	4:31	8	1:10	91	4:43	1.29	5:50	4:31	3	1:09	19	1:17	
□□ 2	2,075.00	9:44	0:00	7	1:54	92	6:55	2,076.29	15:34	0:00	3	3:03	19	5:01	
□□ 3	2,075.00	9:41	0:00	5	1:35	77	6:41	4,151.29	25:15	0:00	3	4:38	19	7:42	
□□ 4	2,075.00	9:40	0:00	5	1:34	67	9:12	6,226.29	34:55	0:00	3	6:12	19	10:22	
□□ 5	2,075.00	10:02	0:00	6	1:53	84	6:02	8,301.29	44:57	0:00	3	8:05	18	8:24	
□□□ □□	411.00	1:56	0:00	5	0:15	68	0:37	10.00	46:53	4:41	5	8:19	82	15:23	