



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Finger, Jens

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt
 □□: 321

□□: 10.00 km
 Köstritzer Lauf

□□□□:
 Männer M40

□□□: 44:36

□□: 13.45 km/h
 □□□□: 4:28 min/km

□□□□□/□□□□: 62 (of 153)

□□□□□/□: 61 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 4(of 11)

□□□□□□□: 41:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	5:12	4:01	4	0:21	48	4:05	1.29	5:12	4:01	2	-	24	0:39
□□ 2	2,075.00	8:56	0:00	5	2:56	62	6:07	2,076.29	14:08	0:00	2	-	24	3:35
□□ 3	2,075.00	9:15	0:00	5	1:12	64	6:15	4,151.29	23:23	0:00	2	-	24	5:50
□□ 4	2,075.00	9:37	0:00	5	1:37	63	9:09	6,226.29	33:00	0:00	2	-	24	8:27
□□ 5	2,075.00	9:34	0:00	5	0:58	62	5:34	8,301.29	42:34	0:00	2	-	23	6:01
□□□ □□	411.00	2:02	0:00	6	0:24	80	0:43	10.00	44:36	4:27	4	3:34	61	13:06