



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Buggaa, Rashe

□□: Coburger Turnerschaft

□□: 456

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 31:41

□□: 18.94 km/h

□□□□: 3:10 min/km

□□□□□/□□□□: 2 (of 153)

□□□□□/□: 2 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 2(of 32)

□□□□□□□: 31:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	3:54	3:01	3	0:01	6	2:47	1.29	3:54	3:01	25		41	
□□ 2	2,075.00	6:29	0:00	2	0:40	8	3:40	2,076.29	10:23	0:00	24	0:27	40	
□□ 3	2,075.00	6:38	0:00	2	2:17	4	3:38	4,151.29	17:01	0:00	25	2:44	40	
□□ 4	2,075.00	6:41	0:00	4	6:13	4	6:13	6,226.29	23:42	0:00	25	8:57	41	
□□ 5	2,075.00	6:32	0:00	2	0:02	5	2:32	8,301.29	30:14	0:00	25	5:29	39	
□□□ □□	411.00	1:27	0:00	8	0:08	8	0:08	10.00	31:41	3:10	2	0:11	2	0:11