



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Hempel, Karl

□□: Saalfelder LV

□□: 466

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 39:02

□□: 15.37 km/h

□□□□: 3:54 min/km

□□□□□/□□□: 25 (of 153)

□□□□□/□: 25 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 15(of 32)

□□□□□□□: 31:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	4:36	3:33	15	0:43	32	3:29	1.29	4:36	3:33	15	0:29	33	0:03	
□□ 2	2,075.00	7:58	0:00	15	2:09	34	5:09	2,076.29	12:34	0:00	15	2:38	58	2:01	
□□ 3	2,075.00	8:12	0:00	15	3:51	30	5:12	4,151.29	20:46	0:00	15	6:29	55	3:13	
□□ 4	2,075.00	8:09	0:00	15	7:41	28	7:41	6,226.29	28:55	0:00	15	14:10	58	4:22	
□□ 5	2,075.00	8:20	0:00	13	1:50	27	4:20	8,301.29	37:15	0:00	15	12:30	56	0:42	
□□□ □□	411.00	1:47	0:00	22	0:28	51	0:28	10.00	39:02	3:54	15	7:32	25	7:32	