



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Zobirei, Jörg

□□: Sportverein Rhön-Rennsteig-Sparkasse

□□: 432

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Männer M30

□□□: 39:29

□□: 15.20 km/h

□□□□: 3:57 min/km

□□□□□/□□□: 27 (of 153)

□□□□□/□: 27 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 3(of 18)

□□□□□□□: 33:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	4:40	3:37	5	0:32	35	3:33	1.29	4:40	3:37	13		55	0:07
□□ 2	2,075.00	7:56	0:00	4	0:59	33	5:07	2,076.29	12:36	0:00	13		61	2:03
□□ 3	2,075.00	8:17	0:00	3	1:19	31	5:17	4,151.29	20:53	0:00	13		61	3:20
□□ 4	2,075.00	8:26	0:00	3	1:34	32	7:58	6,226.29	29:19	0:00	13		61	4:46
□□ 5	2,075.00	8:26	0:00	3	1:34	30	4:26	8,301.29	37:45	0:00	13		59	1:12
□□□ □□	411.00	1:44	0:00	5	0:16	37	0:25	10.00	39:29	3:56	3	6:14	27	7:59