



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Zeidler, Michael

□□: TV 1848 Coburg

□□: 417

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 41:02

□□: 14.62 km/h

□□□□: 4:06 min/km

□□□□□/□□□: 37 (of 153)

□□□□□/□: 37 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 1(of 11)

□□□□□□□: 41:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	5:07	3:57	3	0:16	45	4:00	1.29	5:07	3:57	5	-	-	65	0:34
□□ 2	2,075.00	8:24	0:00	4	2:24	42	5:35	2,076.29	13:31	0:00	5	-	-	65	2:58
□□ 3	2,075.00	8:35	0:00	2	0:32	38	5:35	4,151.29	22:06	0:00	5	-	-	65	4:33
□□ 4	2,075.00	8:38	0:00	2	0:38	39	8:10	6,226.29	30:44	0:00	5	-	-	65	6:11
□□ 5	2,075.00	8:36	0:00	1	-	33	4:36	8,301.29	39:20	0:00	5	-	-	63	2:47
□□□ □□	411.00	1:42	0:00	2	0:04	32	0:23	10.00	41:02	4:06	1	-	-	37	9:32