



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Schultz, Michael

□□: Saalfelder LV

□□: 410

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 43:23

□□: 13.83 km/h

□□□□: 4:20 min/km

□□□□□/□□□: 56 (of 153)

□□□□□/□: 55 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 21(of 32)

□□□□□□□: 31:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	5:21	4:08	21	1:28	60	4:14	1.29	5:21	4:08	10	1:14	3	0:48
□□ 2	2,075.00	8:52	0:00	19	3:03	55	6:03	2,076.29	14:13	0:00	10	4:17	77	3:40
□□ 3	2,075.00	8:56	0:00	19	4:35	49	5:56	4,151.29	23:09	0:00	10	8:52	3	5:36
□□ 4	2,075.00	9:08	0:00	21	8:40	52	8:40	6,226.29	32:17	0:00	10	17:32	79	7:44
□□ 5	2,075.00	9:21	0:00	20	2:51	56	5:21	8,301.29	41:38	0:00	10	16:53	77	5:05
□□□ □□	411.00	1:45	0:00	19	0:26	41	0:26	10.00	43:23	4:20	21	11:53	55	11:53