



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Schulz, Hartmut

□□: Dream-Team Ilmenau

□□: 301

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Männer M60

□□□: 46:19

□□: 12.95 km/h

□□□□: 4:38 min/km

□□□□□/□□□: 77 (of 153)

□□□□□/□: 75 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 3(of 6)

□□□□□□□: 40:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	5:33	4:18	3	1:05	75	4:26	1.29	5:33	4:18	1	-	6	1:00
□□ 2	2,075.00	9:26	0:00	4	2:26	79	6:37	2,076.29	14:59	0:00	1	-	6	4:26
□□ 3	2,075.00	9:36	0:00	4	1:35	75	6:36	4,151.29	24:35	0:00	1	-	6	7:02
□□ 4	2,075.00	9:49	0:00	3	1:51	77	9:21	6,226.29	34:24	0:00	1	-	6	9:51
□□ 5	2,075.00	9:52	0:00	4	4:52	76	5:52	8,301.29	44:16	0:00	1	-	6	7:43
□□□ □□	411.00	2:03	0:00	2	0:04	82	0:44	10.00	46:19	4:37	3	5:36	75	14:49