



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Schwager, Martin

□□: Greußen

□□: 368

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 46:27

□□: 12.92 km/h

□□□□: 4:38 min/km

□□□□□/□□□: 81 (of 153)

□□□□□/□: 79 (of 129)

□□□□□□: 31:30

□□□□□: 28(of 32)

□□□□□□□: 31:30

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 1.29 | 5:47 | 4:28 | 28 | 1:54 | 86 | 4:40 | 1.29 | 5:47 | 4:28 | 6 | 1:40 | 93 | 1:14 |
| □□ 2 | 2,075.00 | 9:28 | 0:00 | 27 | 3:39 | 82 | 6:39 | 2,076.29 | 15:15 | 0:00 | 6 | 5:19 | 93 | 4:42 |
| □□ 3 | 2,075.00 | 9:41 | 0:00 | 26 | 5:20 | 77 | 6:41 | 4,151.29 | 24:56 | 0:00 | 6 | 10:39 | 93 | 7:23 |
| □□ 4 | 2,075.00 | 9:53 | 0:00 | 27 | 9:25 | 78 | 9:25 | 6,226.29 | 34:49 | 0:00 | 6 | 20:04 | 27 | 10:16 |
| □□ 5 | 2,075.00 | 9:48 | 0:00 | 24 | 3:18 | 70 | 5:48 | 8,301.29 | 44:37 | 0:00 | 6 | 19:52 | 91 | 8:04 |
| □□□ □□ | 411.00 | 1:50 | 0:00 | 25 | 0:31 | 54 | 0:31 | 10.00 | 46:27 | 4:38 | 28 | 14:57 | 79 | 14:57 |