



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Meyer, Steffen

□□: Rennsteiglaufverein/LG Süd

□□: 177

□□: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 17:06

□□: 17.54 km/h

□□□□: 03:25 min/km

□□□□□/□□□: 1 (of 76)

□□□□□/□: 1 (of 45)

□□□□□□: 17:06

□□□□□: 1(of 7)

□□□□□□□: 17:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.44	1:27	3:17	1	-	1	-	0.44	1:27	3:17	1	-	-	35	
□□ 2	2.08	6:52	3:18	1	-	1	-	2.52	8:19	3:18	1	-	-	35	
□□ 3	2.08	7:18	3:30	1	-	1	-	4.60	15:37	3:23	1	-	-	34	
□□□ □□	0.41	1:29	3:37	1	-	2	0:05	5.00	17:06	3:25	1	-	-	1	-