



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Schrickel, Andre

□□: WSV-Ilmenau

□□: 218

□□: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 20:49

□□: 14.41 km/h

□□□□: 04:10 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 76)

□□□□□/□: 9 (of 45)

□□□□□□: 17:06

□□□□□: 4(of 7)

□□□□□□□: 17:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.44	1:41	3:49	4	0:14	11	0:14	0.44	1:41	3:49	4	0:14	32	
□□ 2	2.08	8:27	4:03	4	1:35	8	1:35	2.52	10:08	4:01	4	1:49	32	
□□ 3	2.08	8:51	4:15	4	1:33	9	1:33	4.60	18:59	4:07	4	3:22	31	
□□□ □□	0.41	1:50	4:28	4	0:21	13	0:26	5.00	20:49	4:09	4	3:43	9 3:43	