



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Schnauß, Markus

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt

□□: 316

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 48:10

□□: 12.46 km/h

□□□□: 04:49 min/km

□□□□□/□□□: 29 (of 93)

□□□□□/□: 28 (of 79)

□□□□□□: 33:15

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 44:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	5:39	4:22	3	0:27	44	1:26	1.29	5:39	4:22	3	0:27	62	0:10	
□□ 2	2.08	9:35	4:36	2	0:55	33	5:09	3.37	15:14	4:31	3	1:22	63		
□□ 3	2.08	9:47	4:42	3	0:29	28	5:21	5.45	25:01	4:35	3	1:51	58		
□□ 4	2.08	10:07	4:51	3	0:36	28	5:41	7.53	35:08	4:39	3	2:27	58		
□□ 5	2.08	10:50	5:12	3	0:49	34	10:50	9.61	45:58	4:46	3	3:16	57		
□□□ □□	0.41	2:12	5:21	4	0:18	46	0:43	10.00	48:10	4:48	3	3:34	28	14:55	