



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Rehberg, Ingo

□□: Team Kondi - Uni Bayreuth

□□: 351

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 49:11

□□: 12.20 km/h

□□□□: 04:55 min/km

□□□□□/□□□: 35 (of 93)

□□□□□/□: 34 (of 79)

□□□□□□: 33:15

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 43:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	5:37	4:21	2	0:23	39	1:24	1.29	5:37	4:21	2	0:23	8	0:08
□□ 2	2.08	9:51	4:44	2	1:00	39	5:25	3.37	15:28	4:35	2	1:23	29	
□□ 3	2.08	10:24	5:00	2	1:18	37	5:58	5.45	25:52	4:44	2	2:41	12	
□□ 4	2.08	10:40	5:07	2	1:27	33	6:14	7.53	36:32	4:51	2	4:08	64	
□□ 5	2.08	10:47	5:11	2	1:34	32	10:47	9.61	47:19	4:55	2	5:42	17	
□□□ □□	0.41	1:52	4:33	3	0:03	21	0:23	10.00	49:11	4:55	2	5:45	34	15:56