



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Kaufmann, Dominique

□□: Die Schwenninger

□□: 303

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 49:38

□□: 12.09 km/h

□□□□: 04:58 min/km

□□□□□/□□□: 40 (of 93)

□□□□□/□: 39 (of 79)

□□□□□□: 33:15

□□□□□: 3(of 8)

□□□□□□□: 39:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	5:44	4:26	4	0:53	48	1:31	1.29	5:44	4:26	4	0:53	14	0:15
□□ 2	2.08	9:47	4:42	3	1:43	37	5:21	3.37	15:31	4:36	4	2:36	10	
□□ 3	2.08	9:47	4:42	2	1:32	28	5:21	5.45	25:18	4:38	7	4:08	65	
□□ 4	2.08	9:47	4:42	2	1:15	22	5:21	7.53	35:05	4:39	7	5:23	65	
□□ 5	2.08	9:47	4:42	2	1:18	20	9:47	9.61	44:52	4:40	7	6:41	63	
□□□ □□	0.41	34:07	83:12	7	32:38	64	32:38	10.00	49:38	4:57	3	9:58	39	16:23