



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Spieß, Kevin

□□: Arnstadt

□□: 381

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 50:52

□□: 11.80 km/h

□□□□: 05:05 min/km

□□□□□/□□□: 44 (of 93)

□□□□□/□: 43 (of 79)

□□□□□□: 33:15

□□□□□: 16(of 22)

□□□□□□□: 33:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	5:43	4:25	16	1:30	46	1:30	1.29	5:43	4:25	6	0:25	10	0:14	
□□ 2	2.08	10:02	4:49	15	5:36	45	5:36	3.37	15:45	4:40	6	1:11	1	-	
□□ 3	2.08	10:39	5:07	15	6:13	43	6:13	5.45	26:24	4:50	6	1:24	8		
□□ 4	2.08	11:05	5:19	14	6:39	43	6:39	7.53	37:29	4:58	5	2:31	8		
□□ 5	2.08	11:20	5:26	13	11:20	45	11:20	9.61	48:49	5:04	13	22:07	8		
□□□ □□	0.41	2:03	5:00	9	0:29	31	0:34	10.00	50:52	5:05	16	17:37	43	17:37	