



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Böttner, Uli

□□: SVE Frankenhain

□□: 399

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 51:13

□□: 11.71 km/h

□□□□: 05:07 min/km

□□□□□/□□□: 48 (of 93)

□□□□□/□: 47 (of 79)

□□□□□□: 33:15

□□□□□: 6(of 9)

□□□□□□□: 41:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	5:15	4:04	5	0:28	23	1:02	1.29	5:15	4:04	6	0:19	6	
□□ 2	2.08	9:42	4:39	5	1:35	36	5:16	3.37	14:57	4:26	6	1:33	7	
□□ 3	2.08	10:55	5:14	6	2:18	49	6:29	5.45	25:52	4:44	6	3:50	12	
□□ 4	2.08	11:20	5:26	6	2:33	47	6:54	7.53	37:12	4:56	6	6:23	7	
□□ 5	2.08	11:47	5:39	6	2:54	50	11:47	9.61	48:59	5:05	6	9:17	10	
□□□ □□	0.41	2:14	5:26	6	0:34	47	0:45	10.00	51:13	5:07	6	9:51	47	17:58