



# 22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Fischer, Torsten

□□: PDV Power Runners

□□: 383

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 52:20

□□: 11.46 km/h

□□□□: 05:14 min/km

□□□□□/□□□: 51 (of 93)

□□□□□/□: 50 (of 79)

□□□□□□: 33:15

□□□□□: 4(of 11)

□□□□□□□: 41:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	5:33	4:18	2	0:29	36	1:20	1.29	5:33	4:18	1	-	2	0:04	
□□ 2	2.08	10:04	4:50	6	1:41	47	5:38	3.37	15:37	4:38	5	0:45	3		
□□ 3	2.08	10:42	5:08	6	2:05	44	6:16	5.45	26:19	4:49	4	4:15	9		
□□ 4	2.08	11:30	5:31	5	2:42	48	7:04	7.53	37:49	5:01	4	6:57	16		
□□ 5	2.08	12:05	5:48	6	12:05	52	12:05	9.61	49:54	5:11	4	10:12	15		
□□□ □□	0.41	2:26	5:56	7	0:43	52	0:57	10.00	52:20	5:14	4	10:55	50	19:05	