



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Meurer, Ingo

□□: SV Olympia Neustadt

□□: 348

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 53:05

□□: 11.30 km/h

□□□□: 05:19 min/km

□□□□□/□□□: 53 (of 93)

□□□□□/□: 52 (of 79)

□□□□□□: 33:15

□□□□□: 10(of 12)

□□□□□□□: 40:42

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 1.29 | 6:04 | 4:42 | 10 | 1:22 | 58 | 1:51 | 1.29 | 6:04 | 4:42 | 12 | | | 35 | 0:35 |
| □□ 2 | 2.08 | 10:25 | 5:00 | 10 | 2:13 | 51 | 5:59 | 3.37 | 16:29 | 4:53 | 12 | | | 37 | 0:44 |
| □□ 3 | 2.08 | 11:05 | 5:19 | 9 | 2:37 | 51 | 6:39 | 5.45 | 27:34 | 5:03 | 11 | 6:08 | | 15 | 1:08 |
| □□ 4 | 2.08 | 11:41 | 5:37 | 10 | 3:00 | 52 | 7:15 | 7.53 | 39:15 | 5:12 | 11 | 9:08 | | 18 | 1:10 |
| □□ 5 | 2.08 | 11:41 | 5:37 | 10 | 2:58 | 49 | 11:41 | 9.61 | 50:56 | 5:18 | 10 | 11:59 | | 1 | - |
| □□□ □□ | 0.41 | 2:09 | 5:14 | 10 | 0:25 | 42 | 0:40 | 10.00 | 53:05 | 5:18 | 10 | 12:23 | | 52 | 19:50 |