



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

möller, frank

□□: firma harry-brot

□□: 308

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 54:00

□□: 11.11 km/h

□□□□: 05:24 min/km

□□□□□/□□□: 57 (of 93)

□□□□□/□: 55 (of 79)

□□□□□□: 33:15

□□□□□: 6(of 11)

□□□□□□□: 41:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	6:31	5:03	9	1:27	65	2:18	1.29	6:31	5:03	7	0:58	33	1:02
□□ 2	2.08	10:25	5:00	7	2:02	51	5:59	3.37	16:56	5:01	7	2:04	34	1:11
□□ 3	2.08	11:05	5:19	7	2:28	51	6:39	5.45	28:01	5:08	6	5:57	21	1:35
□□ 4	2.08	11:39	5:36	6	2:51	50	7:13	7.53	39:40	5:16	6	8:48	21	1:35
□□ 5	2.08	12:10	5:50	7	12:10	53	12:10	9.61	51:50	5:23	6	12:08	20	0:54
□□□ □□	0.41	2:10	5:17	5	0:27	45	0:41	10.00	54:00	5:24	6	12:35	55	20:45