



# 22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

**Fleischer, Stephan**

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt  
 □□: 311

□□: 10.00 km  
 Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:  
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:02:13

□□: 9.64 km/h  
 □□□□: 06:13 min/km

□□□□□/□□□□: 71 (of 93)

□□□□□/□: 63 (of 79)

□□□□□□: 33:15

□□□□□: 7(of 8)

□□□□□□□: 39:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.29	7:51	6:05	6	3:00	69	3:38	1.29	7:51	6:05	7	3:00	24	2:22
□□ 2	2.08	12:10	5:50	6	4:06	67	7:44	3.37	20:01	5:56	7	7:06	25	4:16
□□ 3	2.08	12:38	6:04	6	4:23	62	8:12	5.45	32:39	5:59	6	11:29	29	6:13
□□ 4	2.08	12:55	6:12	7	4:23	59	8:29	7.53	45:34	6:03	5	15:52	27	7:29
□□ 5	2.08	14:03	6:45	6	5:34	61	14:03	9.61	59:37	6:12	5	21:26	26	8:41
□□□ □□	0.41	2:36	6:20	6	1:07	56	1:07	10.00	1:02:13	6:13	7	22:33	63	28:58