



# 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	