



# 22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Schmidt, Benjamin

□□: sunways

□□: 200

□□: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 25:45

□□: 11.65 km/h

□□□□: 05:09 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 76)

□□□□□/□: 21 (of 45)

□□□□□□: 17:06

□□□□□: 6(of 9)

□□□□□□□: 17:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.44	2:03	4:39	7	0:32	22	0:36	0.44	2:03	4:39	5	0:32	43	
□□ 2	2.08	10:13	4:54	7	3:08	22	3:21	2.52	12:16	4:52	5	3:40	43	
□□ 3	2.08	11:15	5:24	5	3:30	19	3:57	4.60	23:31	5:06	5	7:10	42	
□□□ □□	0.41	2:14	5:26	7	0:50	28	0:50	5.00	25:45	5:09	6	8:00	21	8:39