



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Werner, Matthias

□□: sunways

□□: 202

□□: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 29:36

□□: 10.14 km/h

□□□□: 05:55 min/km

□□□□□/□□□: 50 (of 76)

□□□□□/□: 35 (of 45)

□□□□□□: 17:06

□□□□□: 9(of 9)

□□□□□□□: 17:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.44	2:24	5:27	9	0:53	35	0:57	0.44	2:24	5:27	9	0:53	12	0:08
□□ 2	2.08	11:46	5:39	9	4:41	33	4:54	2.52	14:10	5:37	9	5:34	4	
□□ 3	2.08	12:50	6:10	8	5:05	31	5:32	4.60	27:00	5:52	9	10:39	1	-
□□□ □□	0.41	2:36	6:20	9	1:12	40	1:12	5.00	29:36	5:55	9	11:51	35	12:30