



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Enkardt, Thomas

□□: SV 1899 Mühlhausen

□□: 209

□□: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 19:19

□□: 15.53 km/h

□□□□: 03:52 min/km

□□□□□/□□□: 5 (of 76)

□□□□□/□: 4 (of 45)

□□□□□□: 17:06

□□□□□: 2(of 7)

□□□□□□□: 17:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.44	1:36	3:38	2	0:09	6	0:09	0.44	1:36	3:38	2	0:09	27		
□□ 2	2.08	7:53	3:47	2	1:01	4	1:01	2.52	9:29	3:45	2	1:10	26		
□□ 3	2.08	8:14	3:57	2	0:56	4	0:56	4.60	17:43	3:51	2	2:06	26		
□□□ □□	0.41	1:36	3:54	2	0:07	6	0:12	5.00	19:19	3:51	2	2:13	4	2:13	