



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Müller, Jiri

□□: LVL 2000 Limbach

□□: 175

□□: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 19:52

□□: 15.10 km/h

□□□□: 03:58 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 76)

□□□□□/□: 6 (of 45)

□□□□□□: 17:06

□□□□□: 3(of 7)

□□□□□□□: 17:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.44	1:38	3:42	3	0:11	7	0:11	0.44	1:38	3:42	3	0:11	29	
□□ 2	2.08	7:58	3:49	3	1:06	6	1:06	2.52	9:36	3:48	3	1:17	29	
□□ 3	2.08	8:29	4:04	3	1:11	5	1:11	4.60	18:05	3:55	3	2:28	28	
□□□ □□	0.41	1:47	4:20	3	0:18	11	0:23	5.00	19:52	3:58	3	2:46	6	2:46