



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Jünemann, Bernhard

□□: LT Güntersen

□□: 174

□□: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 20:13

□□: 14.84 km/h

□□□□: 04:02 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 76)

□□□□□/□: 7 (of 45)

□□□□□□: 17:06

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 20:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.44	1:39	3:45	1	-	8	0:12	0.44	1:39	3:45	1	-	3		
□□ 2	2.08	8:06	3:53	1	-	7	1:14	2.52	9:45	3:52	1	-	30		
□□ 3	2.08	8:46	4:12	1	-	8	1:28	4.60	18:31	4:01	1	-	29		
□□□ □□	0.41	1:42	4:08	1	-	8	0:18	5.00	20:13	4:02	1	-	7	3:07	