



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Senz, Stefan

□□: SV Ichtershausen e.V.

□□: 346

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 38:12

□□: 15.71 km/h

□□□□: 03:49 min/km

□□□□□/□□□: 2 (of 93)

□□□□□/□: 2 (of 79)

□□□□□□: 33:15

□□□□□: 2(of 22)

□□□□□□□: 33:15

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 1.29 | 4:33 | 3:31 | 5 | 0:20 | 5 | 0:20 | 1.29 | 4:33 | 3:31 | 20 | | | 54 | |
| □□ 2 | 2.08 | 7:52 | 3:46 | 4 | 3:26 | 4 | 3:26 | 3.37 | 12:25 | 3:41 | 11 | | | 52 | |
| □□ 3 | 2.08 | 7:57 | 3:49 | 3 | 3:31 | 3 | 3:31 | 5.45 | 20:22 | 3:44 | 10 | | | 49 | |
| □□ 4 | 2.08 | 8:05 | 3:53 | 2 | 3:39 | 2 | 3:39 | 7.53 | 28:27 | 3:46 | 10 | | | 49 | |
| □□ 5 | 2.08 | fehlt! | - | - | - | - | - | 9.61 | - | - | - | - | - | - | - |
| □□□ □□ | 0.41 | 9:45 | 23:46 | 17 | 8:11 | 61 | 8:16 | 10.00 | 38:12 | 3:49 | 2 | 4:57 | 2 | 4:57 | |