



# 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

□□□□

Schmidt, Christian

□□: Großschwabhausen

□□: 398

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 48:21

□□: 12.41 km/h

□□□□: 4:50 min/km

□□□□□/□□□: 60 (of 104)

□□□□□/□: 54 (of 85)

□□□□□□: 35:37

□□□□□: 10(of 14)

□□□□□□□: 35:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	7:12	4:14	10	1:31	47	1:31	1.70	7:12	4:14	10	1:31	11		
□□ 2	2.34	11:00	4:42	10	2:33	47	2:33	4.04	18:12	4:30	10	4:04	11		
□□ 3	2.34	12:07	5:10	10	3:41	65	3:41	6.38	30:19	4:45	10	7:45	11		
□□ 4	2.34	11:54	5:05	10	3:27	56	3:27	8.72	42:13	4:50	10	11:12	10	0:18	
□□□ Ziel	1.28	6:08	4:47	11	1:32	54	1:32	10.00	48:21	4:50	10	12:44	54	12:44	