



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Wagner, Philipp

□□: Arnstadt

□□: 44

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 44:30

□□: 13.48 km/h

□□□□: 4:27 min/km

□□□□□/□□□: 16 (of 72)

□□□□□/□: 14 (of 57)

□□□□□□: 36:38

□□□□□: 4(of 14)

□□□□□□□: 37:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:05	4:14	5	1:16	24	1:17	1.67	7:05	4:14	5	1:16	24	1:17	
□□ 2	2.35	10:36	4:30	4	1:56	18	2:01	4.02	17:41	4:23	5	3:12	20	3:18	
□□ 3	2.35	10:28	4:27	4	1:34	13	1:47	6.37	28:09	4:25	4	4:46	15	5:05	
□□ 4	2.35	10:40	4:32	4	1:38	11	1:59	8.72	38:49	4:27	4	6:24	14	7:04	
□□□ Ziel	1.28	5:41	4:26	3	0:54	8	0:55	10.00	44:30	4:27	4	7:18	14	7:52	