



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Hofmann, Mario

□□: Die flinken Gerataler/TSV 1880 Elgersburg

□□: 71

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 44:48

□□: 13.39 km/h

□□□□: 4:29 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 72)

□□□□□/□: 17 (of 57)

□□□□□□: 36:38

□□□□□: 3(of 6)

□□□□□□□: 43:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:54	4:07	3	0:18	16	1:06	1.67	6:54	4:07	3	0:18	16	1:06	
□□ 2	2.35	10:42	4:33	3	0:41	20	2:07	4.02	17:36	4:22	3	0:59	17	3:13	
□□ 3	2.35	10:35	4:30	2	0:17	15	1:54	6.37	28:11	4:25	3	1:16	17	5:07	
□□ 4	2.35	10:49	4:36	3	0:12	17	2:08	8.72	39:00	4:28	3	1:26	16	7:15	
□□□ Ziel	1.28	5:48	4:31	1	-	13	1:02	10.00	44:48	4:28	3	1:17	17	8:10	