



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Mölders, Martin

□□: Liberales Laufteam

□□: 65

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 45:42

□□: 13.13 km/h

□□□□: 4:34 min/km

□□□□□/□□□: 22 (of 72)

□□□□□/□: 21 (of 57)

□□□□□□: 36:38

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 45:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:03	4:13	1	-	20	1:15	1.67	7:03	4:13	1	-	20	1:15	
□□ 2	2.35	10:38	4:31	1	-	19	2:03	4.02	17:41	4:23	1	-	20	3:18	
□□ 3	2.35	10:54	4:38	2	0:09	21	2:13	6.37	28:35	4:29	1	-	19	5:31	
□□ 4	2.35	11:05	4:42	2	0:21	21	2:24	8.72	39:40	4:32	2	0:07	20	7:55	
□□□ Ziel	1.28	6:02	4:42	2	0:08	20	1:16	10.00	45:42	4:34	2	0:15	21	9:04	