



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

0000

Stöhr, Markus

00: Arnstadt

00: 67

00: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

0000:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

000: 48:29

00: 12.38 km/h

0000: 4:51 min/km

00000/000: 31 (of 72)

00000/0: 29 (of 57)

000000: 36:38

00000: 6(of 14)

0000000: 37:12

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
00 1	1.67	7:18	4:22	6	1:29	29	1:30	1.67	7:18	4:22	6	1:29	29	1:30
00 2	2.35	10:55	4:38	6	2:15	27	2:20	4.02	18:13	4:31	6	3:44	28	3:50
00 3	2.35	11:41	4:58	8	2:47	31	3:00	6.37	29:54	4:41	6	6:31	29	6:50
00 4	2.35	11:53	5:03	8	2:51	31	3:12	8.72	41:47	4:47	6	9:22	29	10:02
000 Ziel	1.28	6:42	5:14	10	1:55	38	1:56	10.00	48:29	4:50	6	11:17	29	11:51