



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Mähr, Andreas

□□: Arnstadt

□□: 66

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 49:26

□□: 12.14 km/h

□□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 39 (of 72)

□□□□□/□: 36 (of 57)

□□□□□□: 36:38

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 45:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:32	4:30	2	0:28	37	1:44	1.67	7:32	4:30	2	0:28	37	1:44	
□□ 2	2.35	11:26	4:51	2	0:40	33	2:51	4.02	18:58	4:43	2	1:08	35	4:35	
□□ 3	2.35	11:47	5:00	2	0:54	33	3:06	6.37	30:45	4:49	2	2:02	35	7:41	
□□ 4	2.35	12:03	5:07	2	1:06	35	3:22	8.72	42:48	4:54	2	3:08	35	11:03	
□□□ Ziel	1.28	6:38	5:10	2	0:40	36	1:52	10.00	49:26	4:56	2	3:48	36	12:48	