



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Kratzer, Thomas

□□: Evangelische Kirchgemeinde Arnstadt

□□: 21

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:01:36

□□: 9.74 km/h

□□□□: 6:10 min/km

□□□□□/□□□: 63 (of 72)

□□□□□/□: 52 (of 57)

□□□□□□: 36:38

□□□□□: 6(of 6)

□□□□□□□: 43:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	9:28	5:40	5	2:52	53	3:40	1.67	9:28	5:40	5	2:52	53	3:40
□□ 2	2.35	14:21	6:06	5	4:20	52	5:46	4.02	23:49	5:55	5	7:12	53	9:26
□□ 3	2.35	14:46	6:17	6	4:28	52	6:05	6.37	38:35	6:03	6	11:40	53	15:31
□□ 4	2.35	14:58	6:22	6	4:21	53	6:17	8.72	53:33	6:08	6	15:59	53	21:48
□□□ Ziel	1.28	8:03	6:17	6	2:15	52	3:17	10.00	1:01:36	6:09	6	18:05	52	24:58