



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Richter, Christian

□□: Arnstadt

□□: 346

□□: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 17:50

□□: 10.09 km/h

□□□□: 5:56 min/km

□□□□□/□□□: 35 (of 45)

□□□□□/□: 19 (of 22)

□□□□□□: 10:38

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 14:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.72	9:36	5:34	2	1:31	18	3:32	1.72	9:36	5:34	2	1:31	18	3:32
□□□ Ziel	1.28	8:14	6:25	2	2:01	19	3:40	3.00	17:50	5:56	2	3:32	19	7:12