



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Trefflich, Denny

□□: VfB Torpedo Ichttershausen

□□: 42

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 37:34

□□: 15.97 km/h

□□□□: 3:46 min/km

□□□□□/□□□□: 3 (of 72)

□□□□□/□: 3 (of 57)

□□□□□□: 36:38

□□□□□: 1(of 8)

□□□□□□□: 37:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:03	3:37	1	-	3	0:15	1.67	6:03	3:37	1	-	3	0:15
□□ 2	2.35	8:48	3:44	1	-	3	0:13	4.02	14:51	3:41	1	-	3	0:28
□□ 3	2.35	9:03	3:51	1	-	3	0:22	6.37	23:54	3:45	1	-	3	0:50
□□ 4	2.35	8:54	3:47	1	-	2	0:13	8.72	32:48	3:45	1	-	3	1:03
□□□ Ziel	1.28	4:46	3:43	1	-	1	-	10.00	37:34	3:45	1	-	3	0:56