



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Hahnemann, Norbert

□□: SG Motor Arnstadt

□□: 361

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 54:48

□□: 10.95 km/h

□□□□: 5:29 min/km

□□□□□/□□□: 44 (of 66)

□□□□□/□: 36 (of 48)

□□□□□□: 36:19

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 54:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	8:40	5:11	1	-	41	2:52	1.67	8:40	5:11	1	-	41	2:52
□□ 2	2.35	12:52	5:28	1	-	38	4:23	4.02	21:32	5:21	1	-	39	7:14
□□ 3	2.35	13:03	5:33	1	-	36	4:27	6.37	34:35	5:25	1	-	38	11:41
□□ 4	2.35	13:00	5:31	1	-	33	4:11	8.72	47:35	5:27	1	-	36	15:51
□□□ Ziel	1.28	7:13	5:38	1	-	35	2:38	10.00	54:48	5:28	1	-	36	18:29