



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Aulich, André

□□: Arnstadt

□□: 303

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:05:38

□□: 9.14 km/h

□□□□: 6:34 min/km

□□□□□/□□□□: 62 (of 66)

□□□□□/□: 45 (of 48)

□□□□□□: 36:19

□□□□□: 5(of 5)

□□□□□□□: 42:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	10:14	6:07	5	3:28	47	4:26	1.67	10:14	6:07	5	3:28	47	4:26
□□ 2	2.35	15:50	6:44	5	5:56	46	7:21	4.02	26:04	6:29	5	9:24	47	11:46
□□ 3	2.35	15:30	6:35	5	5:25	45	6:54	6.37	41:34	6:31	5	14:49	46	18:40
□□ 4	2.35	15:36	6:38	5	5:13	44	6:47	8.72	57:10	6:33	5	20:02	45	25:26
□□□ Ziel	1.28	8:28	6:36	5	2:49	44	3:53	10.00	1:05:38	6:33	5	22:51	45	29:19