



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Baumann, Manfred

□□: Erfurt

□□: 374

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M90 (90-94 Jahre)

□□□: 1:14:42

□□: 8.03 km/h

□□□□: 7:28 min/km

□□□□□/□□□: 65 (of 66)

□□□□□/□: 47 (of 48)

□□□□□□: 36:19

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 1:14:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.67	7:21	4:24	1	-	23	1:33	1.67	7:21	4:24	1	-	48	1:33
□□ 2	2.35	18:18	7:47	1	-	47	9:49	4.02	25:39	6:22	1	-	48	11:21
□□ 3	2.35	19:13	8:10	1	-	47	10:37	6.37	44:52	7:02	1	-	48	21:58
□□ 4	2.35	19:11	8:09	1	-	47	10:22	8.72	1:04:03	7:20	1	-	48	32:19
□□□ Ziel	1.28	10:39	8:19	1	-	47	6:04	10.00	1:14:42	7:28	1	-	47	38:23