



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Zenker, Falko

□□: Marineclub Gotha e.V.

□□: 21

□□: 5.00 km

5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 26:17

□□: 11.41 km/h

□□□□: 5:16 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 29)

□□□□□/□: 11 (of 17)

□□□□□□: 17:20

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 26:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	6:43	4:52	1	-	12	2:18	1.38	6:43	4:52	1	-	12	2:18	
□□ 2	2.34	12:36	5:23	1	-	11	4:21	3.72	19:19	5:11	1	-	11	6:38	
□□□ Ziel	1.28	6:58	5:26	1	-	11	2:19	5.00	26:17	5:15	1	-	11	8:57	