



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Mock, Sigurd

□□: Erfurt

□□: 13

□□: 5.00 km

5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 33:36

□□: 8.93 km/h

□□□□: 6:43 min/km

□□□□□/□□□: 25 (of 29)

□□□□□/□: 15 (of 17)

□□□□□□: 17:20

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 26:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	9:05	6:34	2	2:22	17	4:40	1.38	9:05	6:34	2	2:22	17	4:40
□□ 2	2.34	16:24	7:00	2	3:48	15	8:09	3.72	25:29	6:51	2	6:10	17	12:48
□□□ Ziel	1.28	8:07	6:20	2	1:09	15	3:28	5.00	33:36	6:43	2	7:19	15	16:16