



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Grosser, Torsten

□□: AP Racing Team Apolda

□□: 321

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 41:33

□□: 14.44 km/h

□□□□: 4:10 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 66)

□□□□□/□: 10 (of 48)

□□□□□□: 36:19

□□□□□: 2(of 9)

□□□□□□□: 40:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.67	6:32	3:54	1	-	7	0:44	1.67	6:32	3:54	1	-	7	0:44
□□ 2	2.35	9:36	4:05	2	0:07	10	1:07	4.02	16:08	4:00	1	-	8	1:50
□□ 3	2.35	9:53	4:12	2	0:19	10	1:17	6.37	26:01	4:05	2	0:19	10	3:07
□□ 4	2.35	10:07	4:18	2	0:38	10	1:18	8.72	36:08	4:08	2	0:57	10	4:24
□□□ Ziel	1.28	5:25	4:13	2	0:19	10	0:50	10.00	41:33	4:09	2	1:16	10	5:14