



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

0000

Seever, Thorsten

00: SG Motor Arnstadt
00: 344

00: 10.00 km
10-km-Lauf

0000:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

000: 47:17

00: 12.69 km/h
0000: 4:44 min/km

00000/000: 21 (of 66)

00000/0: 20 (of 48)

000000: 36:19

00000: 5(of 9)

0000000: 40:17

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
00 1	1.67	7:14	4:19	3	0:42	20	1:26	1.67	7:14	4:19	3	0:42	20	1:26
00 2	2.35	11:03	4:42	5	1:34	21	2:34	4.02	18:17	4:32	5	2:09	21	3:59
00 3	2.35	11:28	4:52	6	1:54	20	2:52	6.37	29:45	4:40	5	4:03	21	6:51
00 4	2.35	11:26	4:51	4	1:57	18	2:37	8.72	41:11	4:43	5	6:00	20	9:27
000 Ziel	1.28	6:06	4:45	6	1:00	20	1:31	10.00	47:17	4:43	5	7:00	20	10:58