



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Fleischer, Stephan

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt

□□: 312

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 48:09

□□: 12.46 km/h

□□□□: 4:49 min/km

□□□□□/□□□□: 25 (of 66)

□□□□□/□: 22 (of 48)

□□□□□□: 36:19

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 42:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:43	4:37	2	0:57	31	1:55	1.67	7:43	4:37	2	0:57	31	1:55	
□□ 2	2.35	11:30	4:53	2	1:36	27	3:01	4.02	19:13	4:46	2	2:33	29	4:55	
□□ 3	2.35	11:34	4:55	2	1:29	25	2:58	6.37	30:47	4:49	2	4:02	28	7:53	
□□ 4	2.35	11:27	4:52	3	1:04	19	2:38	8.72	42:14	4:50	2	5:06	25	10:30	
□□□ Ziel	1.28	5:55	4:37	3	0:16	16	1:20	10.00	48:09	4:48	2	5:22	22	11:50	