



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Wächter, Hartmut

□□: SG Motor Arnstadt

□□: 353

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

□□□: 48:36

□□: 12.35 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 29 (of 66)

□□□□□/□: 26 (of 48)

□□□□□□: 36:19

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 48:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:19	4:22	1	-	22	1:31	1.67	7:19	4:22	1	-	22	1:31	
□□ 2	2.35	11:03	4:42	1	-	21	2:34	4.02	18:22	4:34	1	-	22	4:04	
□□ 3	2.35	11:30	4:53	1	-	21	2:54	6.37	29:52	4:41	1	-	22	6:58	
□□ 4	2.35	12:02	5:07	1	-	27	3:13	8.72	41:54	4:48	1	-	21	10:10	
□□□ Ziel	1.28	6:42	5:14	1	-	31	2:07	10.00	48:36	4:51	1	-	26	12:17	