



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Mölders, Martin

□□: Liberales Laufteam

□□: 362

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 50:02

□□: 11.99 km/h

□□□□: 5:00 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 66)

□□□□□/□: 30 (of 48)

□□□□□□: 36:19

□□□□□: 2(of 4)

□□□□□□□: 48:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:41	4:36	2	0:13	28	1:53	1.67	7:41	4:36	2	0:13	28	1:53
□□ 2	2.35	11:37	4:56	2	0:20	29	3:08	4.02	19:18	4:48	2	0:33	30	5:00
□□ 3	2.35	11:58	5:05	2	0:26	30	3:22	6.37	31:16	4:54	2	0:59	30	8:22
□□ 4	2.35	12:06	5:08	2	0:22	29	3:17	8.72	43:22	4:58	2	1:21	30	11:38
□□□ Ziel	1.28	6:40	5:12	2	0:14	30	2:05	10.00	50:02	5:00	2	1:35	30	13:43