



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

□□□□

Herzer, Nils

□□: Leipzig

□□: 94

□□: 5.00 km

5-km-Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 21:05

□□: 14.23 km/h

□□□□: 4:13 min/km

□□□□□/□□□: 2 (of 30)

□□□□□/□: 2 (of 20)

□□□□□□: 20:08

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□: 21:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	5:29	3:58	1	-	1	-	1.38	5:29	3:58	1	-	1	-	
□□ 2	2.34	10:08	4:19	1	-	2	0:38	3.72	15:37	4:11	1	-	2	0:38	
□□□ Ziel	1.28	5:28	4:16	1	-	2	0:19	5.00	21:05	4:13	1	-	2	0:57	