



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

□□□□

Schrickel, André

□□: WSV-Ilmenau

□□: 98

□□: 5.00 km

5-km-Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 23:39

□□: 12.68 km/h

□□□□: 4:44 min/km

□□□□□/□□□: 9 (of 30)

□□□□□/□: 8 (of 20)

□□□□□□: 20:08

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 23:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	6:15	4:31	1	-	8	0:46	1.38	6:15	4:31	1	-	8	0:46	
□□ 2	2.34	11:10	4:46	1	-	6	1:40	3.72	17:25	4:40	1	-	5	2:26	
□□□ Ziel	1.28	6:14	4:52	1	-	8	1:05	5.00	23:39	4:43	1	-	8	3:31	