



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

□□□□

Müller, Marcus

□□: WSV Schmiedefeld

□□: 214

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 41:22

□□: 14.50 km/h

□□□□: 4:08 min/km

□□□□□/□□□: 10 (of 68)

□□□□□/□: 10 (of 52)

□□□□□□: 36:20

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 41:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	5:51	3:30	1	-	5	0:13	1.67	5:51	3:30	1	-	5	0:13	
□□ 2	2.35	9:45	4:08	1	-	10	1:03	4.02	15:36	3:52	1	-	6	1:16	
□□ 3	2.35	9:58	4:14	1	-	11	1:18	6.37	25:34	4:00	1	-	9	2:34	
□□ 4	2.35	10:14	4:21	1	-	11	1:32	8.72	35:48	4:06	1	-	10	4:06	
□□□ Ziel	1.28	5:34	4:20	1	-	12	0:56	10.00	41:22	4:08	1	-	10	5:02	