



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

□□□□

Bähr, Johannes

□□: Traktor Rehestädt

□□: 212

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 41:31

□□: 14.45 km/h

□□□□: 4:09 min/km

□□□□□/□□□□: 11 (of 68)

□□□□□/□: 11 (of 52)

□□□□□□: 36:20

□□□□□: 4(of 11)

□□□□□□□: 36:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:32	3:54	4	0:54	12	0:54	1.67	6:32	3:54	4	0:54	12	0:54	
□□ 2	2.35	9:55	4:13	4	1:13	12	1:13	4.02	16:27	4:05	4	2:07	12	2:07	
□□ 3	2.35	9:53	4:12	4	1:13	10	1:13	6.37	26:20	4:08	4	3:20	12	3:20	
□□ 4	2.35	9:49	4:10	4	1:07	6	1:07	8.72	36:09	4:08	4	4:27	11	4:27	
□□□ Ziel	1.28	5:22	4:11	4	0:44	8	0:44	10.00	41:31	4:09	4	5:11	11	5:11	