



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

□□□□

Wagner, Philipp

□□: Langstrecke Arnstadt

□□: 195

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 45:56

□□: 13.06 km/h

□□□□: 4:35 min/km

□□□□□/□□□: 17 (of 68)

□□□□□/□: 16 (of 52)

□□□□□□: 36:20

□□□□□: 6(of 11)

□□□□□□□: 36:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:00	4:11	6	1:22	18	1:22	1.67	7:00	4:11	6	1:22	18	1:22	
□□ 2	2.35	10:54	4:38	6	2:12	17	2:12	4.02	17:54	4:27	6	3:34	18	3:34	
□□ 3	2.35	11:03	4:42	6	2:23	17	2:23	6.37	28:57	4:32	6	5:57	17	5:57	
□□ 4	2.35	11:03	4:42	6	2:21	15	2:21	8.72	40:00	4:35	6	8:18	16	8:18	
□□□ Ziel	1.28	5:56	4:38	6	1:18	17	1:18	10.00	45:56	4:35	6	9:36	16	9:36	