



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

□□□□

Hill, Tom Lorenz

□□□: 50:58

□□: Fv Hochsprung mit Musik Arnstadt

□□: 11.77 km/h

□□: 168

□□□□: 5:06 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 39 (of 68)

10-km-Lauf

□□□□□/□: 32 (of 52)

□□□□□□: 36:20

□□□□:

□□□□□: 2(of 3)

Männer (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 47:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:03	4:13	2	0:07	21	1:25	1.67	7:03	4:13	2	0:07	21	1:25
□□ 2	2.35	11:56	5:04	2	1:00	33	3:14	4.02	18:59	4:43	2	1:07	27	4:39
□□ 3	2.35	12:33	5:20	3	1:05	36	3:53	6.37	31:32	4:57	2	2:12	32	8:32
□□ 4	2.35	12:51	5:28	3	0:44	37	4:09	8.72	44:23	5:05	2	2:56	33	12:41
□□□ Ziel	1.28	6:35	5:08	3	0:19	28	1:57	10.00	50:58	5:05	2	3:15	32	14:38