



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

□□□□

Täschner, Marcel

□□: Erfurt

□□: 190

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 52:57

□□: 11.33 km/h

□□□□: 5:18 min/km

□□□□□/□□□: 43 (of 68)

□□□□□/□: 36 (of 52)

□□□□□□: 36:20

□□□□□: 9(of 11)

□□□□□□□: 36:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	8:10	4:53	11	2:32	40	2:32	1.67	8:10	4:53	11	2:32	40	2:32
□□ 2	2.35	12:28	5:18	10	3:46	36	3:46	4.02	20:38	5:07	10	6:18	37	6:18
□□ 3	2.35	13:00	5:31	10	4:20	38	4:20	6.37	33:38	5:16	10	10:38	37	10:38
□□ 4	2.35	12:35	5:21	8	3:53	33	3:53	8.72	46:13	5:18	10	14:31	37	14:31
□□□ Ziel	1.28	6:44	5:15	9	2:06	33	2:06	10.00	52:57	5:17	9	16:37	36	16:37