



# 32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

□□□□

Hartmut Wächter

□□: SG Motor Arnstadt

□□: 249

□□: 10.00 km

10-km-Lauf (A-B-C Cup)

□□□□:

Senioren M70 (70-74) L

□□□: 48:00

□□: 12.50 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□□: 21 (of 67)

□□□□□/□: 17 (of 42)

□□□□□□: 39:22

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 48:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hammerecke	1.67	7:14	4:19	1	-	12	1:10	1.67	7:14	4:19	1	-	12	1:10	
Hammerecke	2.35	11:05	4:42	1	-	15	1:49	4.02	18:19	4:33	1	-	15	2:59	
□□□	2.35	11:28	4:52	1	-	15	2:05	6.37	29:47	4:40	1	-	15	5:04	
□□□	2.35	11:40	4:57	1	-	16	2:09	8.72	41:27	4:45	1	-	16	7:13	
Ziel	1.28	6:33	5:07	1	-	18	1:25	10.00	48:00	4:47	1	-	17	8:38	