



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

□□□□

Christoph Kornhas

□□□: 19:46

□□: 128

□□: 15.18 km/h

□□□□: 3:57 min/km

□□: 5.00 km

□□□□□/□□□: 3 (of 40)

5-km-Lauf

□□□□□/□: 3 (of 21)

□□□□□□: 17:54

□□□□:

□□□□□: 1(of 5)

Senioren M40 (40-44) M

□□□□□□□: 19:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hammerecke	1.38	5:05	3:41	1	-	3	0:31	1.38	5:05	3:41	1	-	3	0:31	
Hammerecke	2.34	9:27	4:02	1	-	3	0:54	3.72	14:32	3:54	1	-	3	1:25	
Ziel	1.28	5:14	4:05	1	-	2	0:27	5.00	19:46	3:57	1	-	3	1:52	