



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

□□□□

Martin Hopfeld

□□□: 24:33

□□: 110

□□: 12.22 km/h

□□□□: 4:54 min/km

□□: 5.00 km

□□□□□/□□□: 7 (of 40)

5-km-Lauf

□□□□□/□: 6 (of 21)

□□□□□□: 17:54

□□□□:

□□□□□: 2(of 5)

Senioren M40 (40-44) M

□□□□□□□: 19:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hammerecke	1.38	6:26	4:39	2	1:21	8	1:52	1.38	6:26	4:39	2	1:21	8	1:52	
Hammerecke	2.34	11:45	5:01	2	2:18	6	3:12	3.72	18:11	4:53	2	3:39	7	5:04	
Ziel	1.28	6:22	4:58	2	1:08	4	1:35	5.00	24:33	4:54	2	4:47	6	6:39	