



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

□□□□

Lars Petzold

□□□: 25:41

□□: 116

□□: 11.68 km/h

□□□□: 5:08 min/km

□□: 5.00 km

□□□□□/□□□: 11 (of 40)

5-km-Lauf

□□□□□/□: 9 (of 21)

□□□□□□: 17:54

□□□□:

□□□□□: 3(of 5)

Senioren M40 (40-44) M

□□□□□□□: 19:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hammerecke	1.38	6:30	4:42	3	1:25	9	1:56	1.38	6:30	4:42	3	1:25	9	1:56	
Hammerecke	2.34	12:18	5:15	3	2:51	9	3:45	3.72	18:48	5:03	3	4:16	10	5:41	
Ziel	1.28	6:53	5:22	3	1:39	9	2:06	5.00	25:41	5:08	3	5:55	9	7:47	