



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

□□□□

Thomas Krüger

□□: N3 Sportverein

□□: 259

□□: 10.00 km

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

□□□□:

Senioren M35 (35-39) L

□□□: 50:26

□□: 11.90 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 25 (of 67)

□□□□□/□: 21 (of 42)

□□□□□□: 39:22

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 40:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hammerecke	1.67	8:24	5:01	3	1:52	29	2:20	1.67	8:24	5:01	3	1:52	29	2:20
Hammerecke	2.35	11:09	4:44	2	1:41	17	1:53	4.02	19:33	4:51	3	3:33	22	4:13
□□□	2.35	11:54	5:03	2	2:14	19	2:31	6.37	31:27	4:56	3	5:47	20	6:44
□□□	2.35	12:20	5:14	3	2:34	23	2:49	8.72	43:47	5:01	3	8:21	21	9:33
Ziel	1.28	6:39	5:11	3	1:20	23	1:31	10.00	50:26	5:02	3	9:41	21	11:04