



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

□□□□

Denny Trefflich

□□: VfB Torpedo Ichtershausen

□□: 264

□□: 10.00 km

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

□□□□:

Senioren M40 (40-44) L

□□□: 41:39

□□: 14.41 km/h

□□□□: 4:09 min/km

□□□□□/□□□: 4 (of 67)

□□□□□/□: 4 (of 42)

□□□□□□: 39:22

□□□□□: 1(of 11)

□□□□□□□: 41:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hammerecke	1.67	6:31	3:54	1	-	3	0:27	1.67	6:31	3:54	1	-	3	0:27
Hammerecke	2.35	9:38	4:05	1	-	3	0:22	4.02	16:09	4:01	1	-	3	0:49
□□□	2.35	10:02	4:16	1	-	5	0:39	6.37	26:11	4:06	1	-	3	1:28
□□□	2.35	10:09	4:19	1	-	6	0:38	8.72	36:20	4:10	1	-	4	2:06
Ziel	1.28	5:19	4:09	1	-	3	0:11	10.00	41:39	4:09	1	-	4	2:17