



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

□□□□

Henrik Stutzig

□□□: 42:22

□□: 244

□□: 14.16 km/h

□□□□: 4:14 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 8 (of 67)

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

□□□□□/□: 7 (of 42)

□□□□□□: 39:22

□□□□:

□□□□□: 2(of 7)

Senioren M45 (45-49) L

□□□□□□□: 41:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ 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	9:53	4:12	2	0:04	7	0:37	4.02	16:24	4:04	1	-	5	1:04	
□□□	2.35	10:06	4:17	2	0:15	6	0:43	6.37	26:30	4:09	1	-	4	1:47	
□□□	2.35	10:14	4:21	2	0:29	7	0:43	8.72	36:44	4:12	2	0:27	7	2:30	
Ziel	1.28	5:38	4:24	2	0:19	7	0:30	10.00	42:22	4:14	2	0:46	7	3:00	