



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

□□□□

Torsten Grosser

□□: AP Racing Team Apolda

□□: 212

□□: 10.00 km

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

□□□□:

Senioren M55 (55-59) L

□□□: 41:50

□□: 14.34 km/h

□□□□: 4:11 min/km

□□□□□/□□□□: 7 (of 67)

□□□□□/□: 6 (of 42)

□□□□□□: 39:22

□□□□□: 1(of 5)

□□□□□□□: 41:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hammerecke	1.67	6:39	3:58	1	-	7	0:35	1.67	6:39	3:58	1	-	7	0:35	
Hammerecke	2.35	9:50	4:11	1	-	6	0:34	4.02	16:29	4:06	1	-	6	1:09	
□□□	2.35	10:01	4:15	1	-	4	0:38	6.37	26:30	4:09	1	-	4	1:47	
□□□	2.35	9:58	4:14	1	-	4	0:27	8.72	36:28	4:10	1	-	5	2:14	
Ziel	1.28	5:22	4:11	1	-	6	0:14	10.00	41:50	4:11	1	-	6	2:28	