



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

□□□□

Martin Mölders

□□: Gutsmuths-Rensteiglaufverein

□□: 236

□□: 10.00 km

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

□□□□:

Senioren M65 (65-69) L

□□□: 50:18

□□: 11.93 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□□□□□/□□□□: 24 (of 67)

□□□□□/□: 20 (of 42)

□□□□□□: 39:22

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 50:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hammerecke	1.67	7:53	4:43	1	-	24	1:49	1.67	7:53	4:43	1	-	24	1:49
Hammerecke	2.35	11:42	4:58	1	-	20	2:26	4.02	19:35	4:52	1	-	24	4:15
□□□	2.35	12:01	5:06	2	0:02	22	2:38	6.37	31:36	4:57	1	-	21	6:53
□□□	2.35	12:00	5:06	2	0:04	20	2:29	8.72	43:36	5:00	1	-	20	9:22
Ziel	1.28	6:42	5:14	2	0:08	25	1:34	10.00	50:18	5:01	1	-	20	10:56