



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Graf, Mareike

□□: LSV Lok Arnstadt

□□: 391

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Frauen W20

□□□: 53:42

□□: 11.17 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 128 (of 153)

□□□□□/□: 12 (of 24)

□□□□□□: 42:26

□□□□□: 3(of 8)

□□□□□□□: 42:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	6:19	4:53	3	1:46	12	1:46	1.29	6:19	4:53	1	-	12	
□□ 2	2,075.00	11:07	0:00	4	5:07	15	5:07	2,076.29	17:26	0:00	2	0:26	12	0:03
□□ 3	2,075.00	11:27	0:00	5	1:27	16	1:51	4,151.29	28:53	0:00	2	1:04	12	0:18
□□ 4	2,075.00	11:35	0:00	5	3:35	16	3:35	6,226.29	40:28	0:00	2	1:27	10	0:53
□□ 5	2,075.00	11:16	0:00	3	6:16	12	9:58	8,301.29	51:44	0:00	2	1:15	8	1:00
□□□ □□	411.00	1:58	0:00	1	-	3	0:58	10.00	53:42	5:22	3	11:16	13	11:47