



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Pfaff, Liane

□□: Saalfelder LV

□□: 427

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Frauen W45

□□□: 1:01:20

□□: 9.78 km/h

□□□□: 6:08 min/km

□□□□□/□□□: 143 (of 153)

□□□□□/□: 22 (of 24)

□□□□□□: 42:26

□□□□□: 4(of 4)

□□□□□□□: 46:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	7:20	5:41	4	1:38	21	2:47	1.29	7:20	5:41	4	1:38	4	0:55
□□ 2	2,075.00	12:05	0:00	4	2:35	22	6:05	2,076.29	19:25	0:00	4	4:13	4	2:02
□□ 3	2,075.00	12:41	0:00	4	2:56	23	3:05	4,151.29	32:06	0:00	4	7:09	4	3:31
□□ 4	2,075.00	13:02	0:00	4	3:08	23	5:02	6,226.29	45:08	0:00	4	10:17	4	5:33
□□ 5	2,075.00	13:13	0:00	4	3:27	23	11:55	8,301.29	58:21	0:00	4	13:44	4	7:37
□□□ □□	411.00	2:59	0:00	4	0:58	23	1:59	10.00	1:01:20	6:08	4	14:34	23	19:25