



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

□□□□

Tendler, Gabriele

□□: LAV Halensia

□□: 414

□□: 10.00 km

Köstritzer Lauf

□□□□:

Frauen W50

□□□: 45:09

□□: 13.29 km/h

□□□□: 4:31 min/km

□□□□□/□□□: 65 (of 153)

□□□□□/□: 2 (of 24)

□□□□□□: 42:26

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 45:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	5:37	4:21	1	-	3	1:04	1.29	5:37	4:21	3	-	20	
□□ 2	2,075.00	9:28	0:00	1	-	3	3:28	2,076.29	15:05	0:00	3	-	20	
□□ 3	2,075.00	9:36	0:00	1	-	1	-	4,151.29	24:41	0:00	3	-	20	
□□ 4	2,075.00	9:21	0:00	1	-	2	1:21	6,226.29	34:02	0:00	3	-	20	
□□ 5	2,075.00	9:15	0:00	1	-	3	7:57	8,301.29	43:17	0:00	3	-	20	
□□□ □□	411.00	1:52	0:00	1	-	2	0:52	10.00	45:09	4:30	1	-	3	3:14