



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Zelle, Monique

□□: Dream Team Ilmenau

□□: 306

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 56:54

□□: 10.54 km/h

□□□□: 05:41 min/km

□□□□□/□□□: 64 (of 93)

□□□□□/□: 5 (of 14)

□□□□□□: 42:24

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 56:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.29	6:08	4:45	1	-	4	1:11	1.29	6:08	4:45	1	-	5	1:11
□□ 2	2.08	10:45	5:10	1	-	4	2:16	3.37	16:53	5:00	1	-	5	3:27
□□ 3	2.08	11:34	5:33	1	-	5	2:41	5.45	28:27	5:13	1	-	5	6:08
□□ 4	2.08	12:30	6:00	1	-	5	3:27	7.53	40:57	5:26	1	-	5	9:35
□□ 5	2.08	13:17	6:23	2	0:24	7	4:07	9.61	54:14	5:38	1	-	5	13:42
□□□ □□	0.41	2:40	6:30	2	0:15	8	0:48	10.00	56:54	5:41	1	-	5	14:30