



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Queißer, Renate

□□: Ilmenau

□□: 401

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:10:10

□□: 8.55 km/h

□□□□: 07:01 min/km

□□□□□/□□□: 78 (of 93)

□□□□□/□: 14 (of 14)

□□□□□□: 42:24

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 1:10:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.29	7:36	5:53	1	-	12	2:39	1.29	7:36	5:53	1	-	13	2:39
□□ 2	2.08	14:09	6:48	1	-	13	5:40	3.37	21:45	6:27	1	-	13	8:19
□□ 3	2.08	14:57	7:11	1	-	13	6:04	5.45	36:42	6:44	1	-	13	14:23
□□ 4	2.08	15:12	7:18	1	-	13	6:09	7.53	51:54	6:53	1	-	13	20:32
□□ 5	2.08	15:20	7:22	1	-	11	6:10	9.61	1:07:14	6:59	1	-	12	26:42
□□□ □□	0.41	2:56	7:09	1	-	11	1:04	10.00	1:10:10	7:01	1	-	14	27:46