



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Winkler, Ronja

□□: Dresden

□□: 227

□□: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

□□□□:

Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 27:05

□□: 11.08 km/h

□□□□: 05:25 min/km

□□□□□/□□□: 31 (of 76)

□□□□□/□: 9 (of 31)

□□□□□□: 19:17

□□□□□: 5(of 9)

□□□□□□□: 19:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.44	2:12	5:00	5	0:40	13	0:40	0.44	2:12	5:00	5	0:40	23	0:03
□□ 2	2.08	10:24	5:00	5	2:35	9	2:35	2.52	12:36	5:00	5	3:15	21	
□□ 3	2.08	12:17	5:54	5	4:01	11	4:01	4.60	24:53	5:24	5	7:16	20	
□□□ □□	0.41	2:12	5:21	5	0:36	13	0:36	5.00	27:05	5:24	5	7:48	9	7:48