



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Siegmund, Lisa

□□: LG Ohra-HörselGas

□□: 170

□□: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

□□□□:

Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 19:17

□□: 15.56 km/h

□□□□: 03:52 min/km

□□□□□/□□□: 4 (of 76)

□□□□□/□: 1 (of 31)

□□□□□□: 19:17

□□□□□: 1(of 9)

□□□□□□□: 19:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	0.44	1:32	3:29	1	-	1	-	0.44	1:32	3:29	1	-	16	
□□ 2	2.08	7:49	3:45	1	-	1	-	2.52	9:21	3:42	1	-	15	
□□ 3	2.08	8:16	3:58	1	-	1	-	4.60	17:37	3:49	1	-	15	
□□□ □□	0.41	1:40	4:03	2	0:04	2	0:04	5.00	19:17	3:51	1	-	1	-