



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Eichhorn, Claudia

□□: Arnstadt

□□: 225

□□: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 31:40

□□: 9.47 km/h

□□□□: 06:20 min/km

□□□□□/□□□: 62 (of 76)

□□□□□/□: 22 (of 31)

□□□□□□: 19:17

□□□□□: 2(of 4)

□□□□□□□: 30:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.44	2:04	4:41	1	-	8	0:32	0.44	2:04	4:41	2			10	
□□ 2	2.08	12:29	6:00	3	0:40	20	4:40	2.52	14:33	5:46	2	0:14		9	0:29
□□ 3	2.08	14:28	6:57	2	1:09	25	6:12	4.60	29:01	6:18	2	1:23		8	3:15
□□□ □□	0.41	2:39	6:27	2	0:03	23	1:03	5.00	31:40	6:20	2	1:26		22	12:23