



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Löser, Marion

□□: sunways

□□: 204

□□: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 33:24

□□: 8.98 km/h

□□□□: 06:41 min/km

□□□□□/□□□: 68 (of 76)

□□□□□/□: 27 (of 31)

□□□□□□: 19:17

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 30:14

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|--------|------|-------|--------|----|------|----|------|------|-------|--------|----|------|----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| □□ 1 | 0.44 | 2:31 | 5:43 | 4 | 0:27 | 22 | 0:59 | 0.44 | 2:31 | 5:43 | 3 | 0:01 | 5 | 0:22 |
| □□ 2 | 2.08 | 12:21 | 5:56 | 2 | 0:32 | 19 | 4:32 | 2.52 | 14:52 | 5:53 | 3 | 0:33 | 4 | 0:48 |
| □□ 3 | 2.08 | 15:46 | 7:34 | 3 | 2:27 | 26 | 7:30 | 4.60 | 30:38 | 6:39 | 3 | 3:00 | 3 | 4:52 |
| □□□ □□ | 0.41 | 2:46 | 6:44 | 3 | 0:10 | 26 | 1:10 | 5.00 | 33:24 | 6:40 | 3 | 3:10 | 27 | 14:07 |