



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

□□□□

Adam, Justine

□□: Luisenthaler SV

□□: 232

□□: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

□□□□:

weibliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

□□□: 37:11

□□: 8.07 km/h

□□□□: 07:26 min/km

□□□□□/□□□: 73 (of 76)

□□□□□/□: 29 (of 31)

□□□□□□: 19:17

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 27:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.44	2:21	5:20	1	-	15	0:49	0.44	2:21	5:20	2			3	0:12
□□ 2	2.08	14:08	6:47	2	2:41	28	6:19	2.52	16:29	6:32	2	2:25		3	2:25
□□ 3	2.08	17:34	8:26	2	5:41	27	9:18	4.60	34:03	7:24	2	8:06		2	8:17
□□□ □□	0.41	3:08	7:38	2	1:13	27	1:32	5.00	37:11	7:26	2	9:19		29	17:54