



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

□□□□

Leese, Fiona

□□: Erfurt

□□: 372

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 48:42

□□: 12.32 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 63 (of 104)

□□□□□/□: 9 (of 19)

□□□□□□: 45:35

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 48:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	7:37	4:28	1	-	7	0:38	1.70	7:37	4:28	1	-	11	0:21
□□ 2	2.34	11:18	4:49	1	-	5	0:32	4.04	18:55	4:40	1	-	11	0:08
□□ 3	2.34	11:35	4:57	1	-	8	0:44	6.38	30:30	4:46	1	-	11	
□□ 4	2.34	11:41	4:59	1	-	8	0:44	8.72	42:11	4:50	1	-	11	
□□□ Ziel	1.28	6:31	5:05	1	-	10	0:46	10.00	48:42	4:52	1	-	9	3:07