



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

□□□□

Pawlowsky, Denise

□□: Erfurt

□□: 308

□□: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 55:30

□□: 10.81 km/h

□□□□: 5:33 min/km

□□□□□/□□□: 89 (of 104)

□□□□□/□: 14 (of 19)

□□□□□□: 45:35

□□□□□: 7(of 8)

□□□□□□□: 45:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	9:03	5:19	7	2:04	14	2:04	1.70	9:03	5:19	7	1:47	6	1:47
□□ 2	2.34	13:13	5:38	7	2:27	14	2:27	4.04	22:16	5:30	7	4:14	6	3:29
□□ 3	2.34	13:18	5:41	7	2:27	14	2:27	6.38	35:34	5:34	7	6:41	6	4:30
□□ 4	2.34	13:02	5:34	7	2:05	14	2:05	8.72	48:36	5:34	7	8:46	6	4:50
□□□ Ziel	1.28	6:54	5:23	7	1:09	13	1:09	10.00	55:30	5:32	7	9:55	15	9:55