



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

□□□□

Hausdorf, Karola

□□: Rennsteiglaufverein Saalfeld

□□: 200

□□: 5.00 km

5-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 26:52

□□: 11.17 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 31 (of 50)

□□□□□/□: 10 (of 23)

□□□□□□: 19:52

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 26:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.39	6:51	4:55	1	-	10	1:35	1.39	6:51	4:55	1	-	15	
□□ 2	2.35	12:52	5:28	1	-	9	3:24	3.74	19:43	5:16	1	-	15	
□□□ Ziel	1.30	7:09	5:30	1	-	11	2:01	5.00	26:52	5:22	1	-	10	7:00