



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

□□□□

Kriese-Hein, Manuela

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt

□□: 166

□□: 5.00 km

5-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 29:46

□□: 10.08 km/h

□□□□: 5:57 min/km

□□□□□/□□□: 39 (of 50)

□□□□□/□: 14 (of 23)

□□□□□□: 19:52

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 29:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.39	7:58	5:43	1	-	16	2:42	1.39	7:58	5:43	1	-	11	0:16
□□ 2	2.35	13:59	5:57	1	-	15	4:31	3.74	21:57	5:52	1	-	11	0:34
□□□ Ziel	1.30	7:49	6:00	1	-	16	2:41	5.00	29:46	5:57	1	-	14	9:54