



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Beyer, Nicole

□□: SV Ichtershausen

□□: 201

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 50:00

□□: 12.00 km/h

□□□□: 5:00 min/km

□□□□□/□□□: 56 (of 103)

□□□□□/□: 6 (of 23)

□□□□□□: 44:00

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 47:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	7:38	4:29	2	0:37	6	0:54	1.70	7:38	4:29	2	0:37	17	
□□ 2	2.34	11:22	4:51	2	0:39	6	1:03	4.04	19:00	4:42	2	1:16	17	
□□ 3	2.34	12:02	5:08	2	0:41	6	1:41	6.38	31:02	4:51	2	1:57	17	
□□ 4	2.34	12:13	5:13	1	-	5	1:40	8.72	43:15	4:57	2	1:44	17	
□□□ Ziel	1.30	6:45	5:11	2	0:18	6	1:08	10.00	50:00	5:00	2	2:02	6	6:00