



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Grosser, Ulrike

□□: BARMER-GEK

□□: 211

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 55:46

□□: 10.76 km/h

□□□□: 5:35 min/km

□□□□□/□□□: 78 (of 103)

□□□□□/□: 11 (of 23)

□□□□□□: 44:00

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 55:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	8:15	4:51	1	-	11	1:31	1.70	8:15	4:51	1	-	14	0:04	
□□ 2	2.34	13:16	5:40	1	-	16	2:57	4.04	21:31	5:19	1	-	14	0:23	
□□ 3	2.34	13:19	5:41	1	-	11	2:58	6.38	34:50	5:27	1	-	14	0:18	
□□ 4	2.34	13:33	5:47	1	-	12	3:00	8.72	48:23	5:32	1	-	14	0:03	
□□□ Ziel	1.30	7:23	5:40	1	-	9	1:46	10.00	55:46	5:34	1	-	11	11:46	