



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Nehrig, Marita

□□: KS Sportsworld

□□: 288

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:01:43

□□: 9.72 km/h

□□□□: 6:10 min/km

□□□□□/□□□: 94 (of 103)

□□□□□/□: 19 (of 23)

□□□□□□: 44:00

□□□□□: 5(of 6)

□□□□□□□: 50:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.70	9:23	5:31	5	1:30	17	2:39	1.70	9:23	5:31	5	1:30	6	1:12
□□ 2	2.34	14:17	6:06	6	2:42	19	3:58	4.04	23:40	5:51	5	4:12	6	2:32
□□ 3	2.34	14:46	6:18	5	3:00	18	4:25	6.38	38:26	6:01	5	7:12	6	3:54
□□ 4	2.34	14:58	6:23	5	3:01	19	4:25	8.72	53:24	6:07	5	10:13	6	5:04
□□□ Ziel	1.30	8:19	6:23	5	1:30	20	2:42	10.00	1:01:43	6:10	5	11:43	19	17:43