



# 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

□□□□

Heinze, Monika

□□: Blankenhain

□□: 105

□□: 5.00 km

Autohaus Gebrüder Kühn 5-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

□□□: 29:28

□□: 10.18 km/h

□□□□: 5:53 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 39)

□□□□□/□: 10 (of 14)

□□□□□□: 22:10

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 29:28

□□□□

□□□□

□□□

| □□□      | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□   | □□□  | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1     | 1.39     | 7:16     | 5:13         | 1       | -       | 11      | 1:42    | 1.39 | 7:16  | 5:13 | 1       | -       | 10      | 1:39    |
| □□ 2     | 2.35     | 14:02    | 5:58         | 1       | -       | 10      | 3:31    | 3.74 | 21:18 | 5:41 | 1       | -       | 10      | 4:51    |
| □□□ Ziel | 1.30     | 8:10     | 6:16         | 2       | 0:15    | 11      | 2:09    | 5.00 | 29:28 | 5:53 | 1       | -       | 10      | 7:18    |