



# 25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Hentschel, Katja

□□: MTB-Thüringen.de

□□: 405

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

□□□: 46:16

□□: 12.97 km/h

□□□□: 4:38 min/km

□□□□□/□□□□: 53 (of 127)

□□□□□/□: 3 (of 22)

□□□□□□: 43:14

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 46:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:31	3:54	1	-	1	-	1.67	6:31	3:54	1	-	1	-
□□ 2	2.35	10:42	4:33	1	-	3	0:35	4.02	17:13	4:16	1	-	2	0:11
□□ 3	2.35	11:19	4:48	1	-	3	0:59	6.37	28:32	4:28	1	-	3	1:10
□□ 4	2.35	11:33	4:54	1	-	3	1:19	8.72	40:05	4:35	1	-	3	2:29
□□□ Ziel	1.28	6:11	4:49	1	-	3	0:33	10.00	46:16	4:37	1	-	3	3:02