



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

0000

Hebenstreit, Ines

00: LAC Eichsfeld
00: 216

00: 10.00 km
Schwenninger 10-km-Lauf

0000:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

000: 48:02

00: 12.49 km/h
0000: 4:48 min/km

00000/0000: 38 (of 84)

00000/0: 3 (of 23)

000000: 41:13

00000: 1(of 4)

0000000: 48:02

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
00 1	1.67	7:35	4:32	1	-	4	1:03	1.67	7:35	4:32	1	-	4	1:03
00 2	2.35	11:11	4:45	1	-	4	1:35	4.02	18:46	4:40	1	-	3	2:38
00 3	2.35	11:33	4:54	1	-	4	1:39	6.37	30:19	4:45	1	-	3	4:17
00 4	2.35	11:31	4:54	1	-	3	1:42	8.72	41:50	4:47	1	-	3	5:59
000 Ziel	1.28	6:12	4:50	1	-	4	0:52	10.00	48:02	4:48	1	-	3	6:49