



# 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Deckert, Lisa

□□: LG Erfurt e.V.  
 □□: 272

□□: 10.00 km  
 Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:  
 Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 49:45

□□: 12.06 km/h  
 □□□□: 4:58 min/km

□□□□□/□□□: 51 (of 84)

□□□□□/□: 7 (of 23)

□□□□□□: 41:13

□□□□□: 3(of 6)

□□□□□□□: 41:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	8:01	4:48	4	1:29	10	1:29	1.67	8:01	4:48	4	1:29	10	1:29
□□ 2	2.35	11:57	5:05	4	2:21	9	2:21	4.02	19:58	4:58	4	3:50	9	3:50
□□ 3	2.35	11:52	5:02	3	1:58	6	1:58	6.37	31:50	4:59	4	5:48	9	5:48
□□ 4	2.35	11:40	4:57	3	1:51	6	1:51	8.72	43:30	4:59	3	7:39	8	7:39
□□□ Ziel	1.28	6:15	4:52	3	0:55	6	0:55	10.00	49:45	4:58	3	8:32	7	8:32