



# 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

**Erdmann, Stefanie**

□□: LSV Lok Arnstadt

□□: 209

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 51:50

□□: 11.58 km/h

□□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□: 57 (of 84)

□□□□□/□: 10 (of 23)

□□□□□□: 41:13

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 49:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:59	4:46	2	0:33	8	1:27	1.67	7:59	4:46	2	0:33	8	1:27
□□ 2	2.35	12:03	5:07	2	0:15	11	2:27	4.02	20:02	4:59	2	0:48	10	3:54
□□ 3	2.35	12:33	5:20	2	0:34	10	2:39	6.37	32:35	5:06	2	1:22	10	6:33
□□ 4	2.35	12:37	5:22	2	0:45	9	2:48	8.72	45:12	5:11	2	2:07	10	9:21
□□□ Ziel	1.28	6:38	5:10	2	0:17	9	1:18	10.00	51:50	5:11	2	2:24	10	10:37