



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Grosser, Ulrike

□□: barmer-gel

□□: 266

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 54:25

□□: 11.03 km/h

□□□□: 5:26 min/km

□□□□□/□□□: 70 (of 84)

□□□□□/□: 14 (of 23)

□□□□□□: 41:13

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 48:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	8:06	4:51	2	0:31	11	1:34	1.67	8:06	4:51	2	0:31	11	1:34	
□□ 2	2.35	12:40	5:23	3	1:29	16	3:04	4.02	20:46	5:09	2	2:00	14	4:38	
□□ 3	2.35	13:10	5:36	3	1:37	15	3:16	6.37	33:56	5:19	3	3:37	15	7:54	
□□ 4	2.35	13:25	5:42	3	1:54	15	3:36	8.72	47:21	5:25	3	5:31	14	11:30	
□□□ Ziel	1.28	7:04	5:31	3	0:52	15	1:44	10.00	54:25	5:26	3	6:23	14	13:12	