



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Kühn, Fränze

□□□: 59:29

□□: 250

□□: 10.09 km/h

□□□□: 5:57 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 78 (of 84)

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□□/□: 19 (of 23)

□□□□□□: 41:13

□□□□:

□□□□□: 1(of 2)

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

□□□□□□□: 59:29

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|----------|------|-------|--------|----|----|----|------|-------|-------|--------|----|----|----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| □□ 1 | 1.67 | 8:42 | 5:12 | 1 | - | 18 | 2:10 | 1.67 | 8:42 | 5:12 | 1 | - | 18 | 2:10 |
| □□ 2 | 2.35 | 13:30 | 5:44 | 1 | - | 18 | 3:54 | 4.02 | 22:12 | 5:31 | 1 | - | 18 | 6:04 |
| □□ 3 | 2.35 | 14:20 | 6:05 | 1 | - | 20 | 4:26 | 6.37 | 36:32 | 5:44 | 1 | - | 18 | 10:30 |
| □□ 4 | 2.35 | 14:57 | 6:21 | 1 | - | 20 | 5:08 | 8.72 | 51:29 | 5:54 | 1 | - | 19 | 15:38 |
| □□□ Ziel | 1.28 | 8:00 | 6:15 | 1 | - | 19 | 2:40 | 10.00 | 59:29 | 5:56 | 1 | - | 19 | 18:16 |