



# 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

**Kaiser, Nicole**

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt

□□: 119

□□: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

□□□: 28:08

□□: 10.66 km/h

□□□□: 5:38 min/km

□□□□□/□□□: 32 (of 56)

□□□□□/□: 6 (of 20)

□□□□□□: 22:21

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 23:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	7:25	5:22	4	1:01	9	1:26	1.38	7:25	5:22	4	1:01	9	1:26
□□ 2	2.34	13:49	5:54	4	2:53	8	3:13	3.72	21:14	5:42	4	3:54	7	4:39
□□□ Ziel	1.28	6:54	5:23	3	1:02	4	1:08	5.00	28:08	5:37	3	4:56	6	5:47