



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Herda, Maria

□□: A-team Angelhausen

□□: 146

□□: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

□□□: 28:49

□□: 10.41 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 35 (of 56)

□□□□□/□: 8 (of 20)

□□□□□□: 22:21

□□□□□: 4(of 4)

□□□□□□□: 23:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	7:24	5:21	3	1:00	8	1:25	1.38	7:24	5:21	3	1:00	8	1:25
□□ 2	2.34	13:46	5:52	3	2:50	6	3:10	3.72	21:10	5:41	3	3:50	6	4:35
□□□ Ziel	1.28	7:39	5:58	4	1:47	13	1:53	5.00	28:49	5:45	4	5:37	8	6:28