



26. Arnstädter Citylauf
Arnstadt / 30.04.2016

□□□□

Heinze, Monika

□□□: 29:34

□□: 161

□□: 10.15 km/h

□□□□: 5:55 min/km

□□: 5.00 km

□□□□□/□□□: 43 (of 56)

n3 5-km-Lauf

□□□□□/□: 14 (of 20)

□□□□□□: 22:21

□□□□:

□□□□□: 1(of 2)

Seniorinnen W60 (60-64 Jahre)

□□□□□□□: 29:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.38	7:47	5:38	1	-	16	1:48	1.38	7:47	5:38	1	-	16	1:48
□□ 2	2.34	14:15	6:05	1	-	13	3:39	3.72	22:02	5:55	1	-	15	5:27
□□□ Ziel	1.28	7:32	5:53	1	-	10	1:46	5.00	29:34	5:54	1	-	14	7:13