



27. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2017

□□□□

ERDMANN, Stephanie

□□: LSV Lok Arnstadt

□□: 203

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 51:29

□□: 11.65 km/h

□□□□: 5:09 min/km

□□□□□/□□□: 39 (of 62)

□□□□□/□: 7 (of 17)

□□□□□□: 45:15

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 49:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	8:00	4:47	2	0:41	7	0:50	1.67	8:00	4:47	2	0:41	7	0:50
□□ 2	2.35	12:00	5:06	2	0:17	7	1:19	4.02	20:00	4:58	2	0:58	7	2:09
□□ 3	2.35	12:15	5:12	2	0:30	7	1:31	6.37	32:15	5:03	2	1:28	7	3:39
□□ 4	2.35	12:27	5:17	2	0:31	6	1:57	8.72	44:42	5:07	2	1:59	7	5:19
□□□ Ziel	1.28	6:47	5:17	2	0:14	7	0:55	10.00	51:29	5:08	2	2:13	7	6:14