



27. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2017

□□□□

Heinz, Katrin

□□: Arnstadt

□□: 233

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 59:12

□□: 10.14 km/h

□□□□: 5:55 min/km

□□□□□/□□□□: 55 (of 62)

□□□□□/□: 10 (of 17)

□□□□□□: 45:15

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 59:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	9:29	5:40	2	0:51	16	2:19	1.67	9:29	5:40	2	0:51	16	2:19
□□ 2	2.35	14:02	5:58	2	0:07	13	3:21	4.02	23:31	5:50	2	0:58	14	5:40
□□ 3	2.35	14:01	5:57	1	-	10	3:17	6.37	37:32	5:53	2	0:32	11	8:56
□□ 4	2.35	14:06	6:00	1	-	10	3:36	8.72	51:38	5:55	1	-	10	12:15
□□□ Ziel	1.28	7:34	5:54	1	-	10	1:42	10.00	59:12	5:55	1	-	10	13:57