



ERDMANN, Helena

□□: LSV Lok Arnstadt

□□: 6

□□: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

weibliche Jugend W13 (13 Jahre)

□□□: 16:50

□□: 10.69 km/h

□□□□: 5:37 min/km

_____: 21 (of 34)

□□□□/□: 9 (of 16)

____: **1**4:07

____: 2(of 3)

____: **15:43**

	km		min/km	-	-			km		min/km	-	-		
1	1.72	9:28	5:30	2	0:47	10	1:35	1.72	9:28	5:30	2	0:47	10	1:35
□□□ Ziel	1.28	7:22	5:45	2	0:20	9	1:08	3.00	16:50	5:36	2	1:07	9	2:43