



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

□□□□

Voigmann, Sandra

□□: SV Ichtershausen

□□: 294

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 57:08

□□: 10.50 km/h

□□□□: 5:43 min/km

□□□□□/□□□: 66 (of 96)

□□□□□/□: 13 (of 34)

□□□□□□: 39:56

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 46:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	8:11	4:54	3	0:59	7	2:06	1.67	8:11	4:54	3	0:59	7	2:06
□□ 2	2.35	12:55	5:29	3	2:07	9	3:43	4.02	21:06	5:14	3	3:06	9	5:49
□□ 3	2.35	13:35	5:46	3	2:31	13	4:06	6.37	34:41	5:26	3	5:37	8	9:55
□□ 4	2.35	14:32	6:11	3	3:15	22	4:46	8.72	49:13	5:38	3	8:52	12	14:41
□□□ Ziel	1.28	7:55	6:11	3	1:31	20	2:31	10.00	57:08	5:42	3	10:23	13	17:12