



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Du Maire, Mandy

□□: Lohmühle Aktiv

□□: 58

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 48:32

□□: 12.36 km/h

□□□□: 4:51 min/km

□□□□□/□□□: 32 (of 72)

□□□□□/□: 3 (of 15)

□□□□□□: 43:03

□□□□□: 2(of 4)

□□□□□□□: 47:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:10	4:17	1	-	2	0:15	1.67	7:10	4:17	1	-	2	0:15	
□□ 2	2.35	11:04	4:42	1	-	2	0:49	4.02	18:14	4:32	1	-	2	1:04	
□□ 3	2.35	11:28	4:52	2	0:20	3	1:16	6.37	29:42	4:39	2	0:18	3	2:20	
□□ 4	2.35	12:03	5:07	2	0:45	3	1:51	8.72	41:45	4:47	2	1:03	3	4:11	
□□□ Ziel	1.28	6:47	5:17	2	0:28	3	1:18	10.00	48:32	4:51	2	1:31	3	5:29	