



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Luther, Madlen

□□: Katholische Laufjugend

□□: 51

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 51:13

□□: 11.71 km/h

□□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□: 45 (of 72)

□□□□□/□: 4 (of 15)

□□□□□□: 43:03

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 47:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:46	4:39	3	0:36	5	0:51	1.67	7:46	4:39	3	0:36	5	0:51	
□□ 2	2.35	11:53	5:03	3	0:49	4	1:38	4.02	19:39	4:53	3	1:25	4	2:29	
□□ 3	2.35	12:23	5:16	3	1:15	4	2:11	6.37	32:02	5:01	3	2:38	4	4:40	
□□ 4	2.35	12:18	5:14	3	1:00	4	2:06	8.72	44:20	5:05	3	3:38	4	6:46	
□□□ Ziel	1.28	6:53	5:22	3	0:34	4	1:24	10.00	51:13	5:07	3	4:12	4	8:10	