



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Bärwolf, Silvia

□□: Lauffreß Breitungen

□□: 197

□□: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

□□□: 56:20

□□: 10.65 km/h

□□□□: 5:38 min/km

□□□□□/□□□□: 56 (of 72)

□□□□□/□: 9 (of 15)

□□□□□□: 43:03

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 56:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	7:17	4:21	1	-	4	0:22	1.67	7:17	4:21	1	-	4	0:22	
□□ 2	2.35	13:45	5:51	1	-	9	3:30	4.02	21:02	5:13	1	-	5	3:52	
□□ 3	2.35	fehlt!	-	-	-	-	-	6.37	-	-	-	-	-	-	
□□ 4	2.35	fehlt!	-	-	-	-	-	8.72	-	-	-	-	-	-	
□□□ Ziel	1.28	35:18	27:34	1	-	15	29:49	10.00	56:20	5:38	1	-	9	13:17	