



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

□□□□

Spaleck, Doreen

□□: VfB Torpedo Ichtershausen

□□: 179

□□: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 29:58

□□: 10.01 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 38 (of 52)

□□□□□/□: 10 (of 18)

□□□□□□: 24:51

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 25:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.38	7:00	5:04	2	0:41	6	0:55	1.38	7:00	5:04	2	0:41	6	0:55
□□ 2	2.34	14:43	6:17	2	2:30	10	2:41	3.72	21:43	5:50	2	3:11	7	3:36
□□□ Ziel	1.28	8:15	6:26	2	1:18	12	1:31	5.00	29:58	5:59	2	4:29	10	5:07