



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Manzke, Helena Danae

□□: LSV Lok Arnstadt

□□: 172

□□: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

□□□□:

weibliche Jugend U16 (14-15 Jahre)

□□□: 11:14

□□: 16.02 km/h

□□□□: 3:44 min/km

□□□□□/□□□: 1 (of 30)

□□□□□/□: 1 (of 16)

□□□□□□: 11:14

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 11:14

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|----------|------|------|--------|----|----|----|----|------|-------|--------|----|----|----|----|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| □□ 1 | 1.72 | 6:20 | 3:40 | 1 | - | 1 | - | 1.72 | 6:20 | 3:40 | 1 | - | 1 | - |
| □□□ Ziel | 1.28 | 4:54 | 3:49 | 1 | - | 1 | - | 3.00 | 11:14 | 3:44 | 1 | - | 1 | - |