



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Grosser, Ulrike

□□: AP Racing Team Apolda

□□: 322

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 55:13

□□: 10.87 km/h

□□□□: 5:31 min/km

□□□□□/□□□: 46 (of 66)

□□□□□/□: 10 (of 18)

□□□□□□: 41:08

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 55:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	1.67	8:27	5:03	1	-	9	1:48	1.67	8:27	5:03	1	-	9	1:48
□□ 2	2.35	12:49	5:27	1	-	9	3:16	4.02	21:16	5:17	1	-	10	5:04
□□ 3	2.35	13:15	5:38	1	-	9	3:30	6.37	34:31	5:25	1	-	9	8:34
□□ 4	2.35	13:23	5:41	1	-	10	3:34	8.72	47:54	5:29	1	-	9	12:08
□□□ Ziel	1.28	7:19	5:42	1	-	10	1:57	10.00	55:13	5:31	1	-	10	14:05