



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Freitag, Carolin

□□: GutsMuths-Rennsteiglaufverein

□□: 314

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 58:50

□□: 10.20 km/h

□□□□: 5:53 min/km

□□□□□/□□□: 56 (of 66)

□□□□□/□: 13 (of 18)

□□□□□□: 41:08

□□□□□: 2(of 4)

□□□□□□□: 51:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	9:16	5:32	3	1:28	15	2:37	1.67	9:16	5:32	3	1:28	15	2:37	
□□ 2	2.35	14:07	6:00	3	2:06	14	4:34	4.02	23:23	5:49	4	3:34	16	7:11	
□□ 3	2.35	13:54	5:54	2	1:37	13	4:09	6.37	37:17	5:51	3	5:11	14	11:20	
□□ 4	2.35	14:02	5:58	2	1:27	13	4:13	8.72	51:19	5:53	2	6:38	13	15:33	
□□□ Ziel	1.28	7:31	5:52	2	0:41	11	2:09	10.00	58:50	5:53	2	7:19	13	17:42	