



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Witting, Ramona

□□: Geratal

□□: 358

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 59:26

□□: 10.10 km/h

□□□□: 5:56 min/km

□□□□□/□□□: 57 (of 66)

□□□□□/□: 14 (of 18)

□□□□□□: 41:08

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 51:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/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	13:58	5:56	2	1:57	13	4:25	4.02	23:14	5:46	2	3:25	14	7:02
□□ 3	2.35	14:02	5:58	3	1:45	14	4:17	6.37	37:16	5:51	2	5:10	13	11:19
□□ 4	2.35	14:08	6:00	3	1:33	14	4:19	8.72	51:24	5:53	3	6:43	14	15:38
□□□ Ziel	1.28	8:02	6:16	3	1:12	14	2:40	10.00	59:26	5:56	3	7:55	14	18:18