



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

**Prange, Jenni**

□□: Arnstadt

□□: 19

□□: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

□□□□:

weibliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

□□□: 16:47

□□: 10.72 km/h

□□□□: 5:35 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 30)

□□□□□/□: 13 (of 16)

□□□□□□: 11:14

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 15:32

□□□□

□□□□

□□□

| □□□      | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1     | 1.72     | 9:22     | 5:26         | 2       | 0:52    | 14      | 3:02    | 1.72 | 9:22      | 5:26          | 2       | 0:52    | 14      | 3:02    |
| □□□ Ziel | 1.28     | 7:25     | 5:47         | 2       | 0:23    | 13      | 2:31    | 3.00 | 16:47     | 5:35          | 2       | 1:15    | 13      | 5:33    |