



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

**Krause, Katharina**

□□: N3 Sportverein e.V.

□□: 9

□□: 5.00 km

5-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 24:01

□□: 12.49 km/h

□□□□: 4:48 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 29)

□□□□□/□: 2 (of 12)

□□□□□□: 23:41

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 23:41

□□□□

□□□□

□□□

| □□□      | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1     | 1.38     | 6:18     | 4:33         | 2       | 0:21    | 2       | 0:21    | 1.38 | 6:18      | 4:33          | 2       | 0:21    | 2       | 0:21    |
| □□ 2     | 2.34     | 11:23    | 4:51         | 1       | -       | 1       | -       | 3.72 | 17:41     | 4:45          | 2       | 0:19    | 2       | 0:19    |
| □□□ Ziel | 1.28     | 6:20     | 4:56         | 2       | 0:01    | 2       | 0:01    | 5.00 | 24:01     | 4:48          | 2       | 0:20    | 2       | 0:20    |