



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Bogen, Ines

□□: Lauftreff Alteburg

□□: 30

□□: 5.00 km

5-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 27:02

□□: 11.10 km/h

□□□□: 5:25 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 29)

□□□□□/□: 6 (of 12)

□□□□□□: 23:41

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 27:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.38	6:56	5:01	1	-	6	0:59	1.38	6:56	5:01	1	-	6	0:59
□□ 2	2.34	12:55	5:31	1	-	6	1:32	3.72	19:51	5:20	1	-	5	2:29
□□□ Ziel	1.28	7:11	5:36	1	-	6	0:52	5.00	27:02	5:24	1	-	6	3:21