



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Schmidt, Kati

□□: Maik sagt!

□□: 14

□□: 5.00 km

5-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 27:30

□□: 10.91 km/h

□□□□: 5:30 min/km

□□□□□/□□□: 20 (of 29)

□□□□□/□: 7 (of 12)

□□□□□□: 23:41

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 23:41

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 1.38 | 6:49 | 4:56 | 3 | 0:52 | 5 | 0:52 | 1.38 | 6:49 | 4:56 | 3 | 0:52 | 5 | 0:52 | |
| □□ 2 | 2.34 | 13:22 | 5:42 | 3 | 1:59 | 7 | 1:59 | 3.72 | 20:11 | 5:25 | 3 | 2:49 | 7 | 2:49 | |
| □□□ Ziel | 1.28 | 7:19 | 5:42 | 3 | 1:00 | 7 | 1:00 | 5.00 | 27:30 | 5:30 | 3 | 3:49 | 7 | 3:49 | |