



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

□□□□

Bergter, Susanne

□□: Ilmenau
 □□: 304

□□: 10.00 km
 10-km-Lauf

□□□□:
 Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 51:31

□□: 11.65 km/h
 □□□□: 5:09 min/km

□□□□□/□□□: 37 (of 66)

□□□□□/□: 4 (of 18)

□□□□□□: 41:08

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 51:31

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 1.67 | 7:48 | 4:40 | 1 | - | 4 | 1:09 | 1.67 | 7:48 | 4:40 | 1 | - | 4 | 1:09 | |
| □□ 2 | 2.35 | 12:01 | 5:06 | 1 | - | 5 | 2:28 | 4.02 | 19:49 | 4:55 | 1 | - | 4 | 3:37 | |
| □□ 3 | 2.35 | 12:17 | 5:13 | 1 | - | 5 | 2:32 | 6.37 | 32:06 | 5:02 | 1 | - | 4 | 6:09 | |
| □□ 4 | 2.35 | 12:35 | 5:21 | 1 | - | 6 | 2:46 | 8.72 | 44:41 | 5:07 | 1 | - | 4 | 8:55 | |
| □□□ Ziel | 1.28 | 6:50 | 5:20 | 1 | - | 5 | 1:28 | 10.00 | 51:31 | 5:09 | 1 | - | 4 | 10:23 | |