



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

□□□□

Bielig, Suzanne

□□: Plaue

□□: 216

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:01:03

□□: 9.83 km/h

□□□□: 6:06 min/km

□□□□□/□□□: 60 (of 68)

□□□□□/□: 12 (of 16)

□□□□□□: 44:28

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 54:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	9:07	5:27	2	1:16	13	2:37	1.67	9:07	5:27	2	1:16	13	2:37	
□□ 2	2.35	14:11	6:02	2	1:29	12	3:54	4.02	23:18	5:47	2	2:45	13	6:31	
□□ 3	2.35	14:42	6:15	2	1:45	12	4:11	6.37	38:00	5:57	2	4:30	12	10:42	
□□ 4	2.35	14:49	6:18	2	1:38	12	3:44	8.72	52:49	6:03	2	6:08	12	14:26	
□□□ Ziel	1.28	8:14	6:25	2	0:55	12	2:09	10.00	1:01:03	6:06	2	7:03	12	16:35	