



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

□□□□

Jacob, Catrin

□□: Arnstadt

□□: 171

□□: 10.00 km

10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 44:28

□□: 13.49 km/h

□□□□: 4:27 min/km

□□□□□/□□□□: 14 (of 68)

□□□□□/□: 1 (of 16)

□□□□□□: 44:28

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 44:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	6:30	3:53	1	-	1	-	1.67	6:30	3:53	1	-	1	-	
□□ 2	2.35	10:17	4:22	1	-	1	-	4.02	16:47	4:10	1	-	1	-	
□□ 3	2.35	10:31	4:28	1	-	1	-	6.37	27:18	4:17	1	-	1	-	
□□ 4	2.35	11:05	4:42	1	-	1	-	8.72	38:23	4:24	1	-	1	-	
□□□ Ziel	1.28	6:05	4:45	1	-	1	-	10.00	44:28	4:26	1	-	1	-	