



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

□□□□

Katrin Franke

□□□: 1:01:18

□□: 206

□□: 9.79 km/h

□□□□: 6:07 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 59 (of 67)

10-km-Lauf (A-B-C Cup)

□□□□□/□: 20 (of 25)

□□□□□□: 41:41

□□□□:

□□□□□: 3(of 5)

Seniorinnen W45 (45-49) L

□□□□□□□: 47:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hammerecke	1.67	9:32	5:42	4	2:26	22	2:41	1.67	9:32	5:42	4	2:26	22	2:41
Hammerecke	2.35	14:15	6:03	4	3:56	21	4:26	4.02	23:47	5:54	4	6:22	22	7:07
□□□	2.35	14:47	6:17	4	4:25	21	4:56	6.37	38:34	6:03	4	10:47	21	12:03
□□□	2.35	14:48	6:17	3	3:14	20	5:03	8.72	53:22	6:07	3	11:43	20	17:06
Ziel	1.28	7:56	6:11	3	1:40	19	2:31	10.00	1:01:18	6:07	3	13:23	20	19:37