



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

□□□□

Ulrike Grosser

□□: AP Racing Team Apolda

□□: 213

□□: 10.00 km

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

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59) L

□□□: 55:31

□□: 10.81 km/h

□□□□: 5:33 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 67)

□□□□□/□: 12 (of 25)

□□□□□□: 41:41

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 55:31

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Hammerecke | 1.67 | 8:27 | 5:03 | 1 | - | 10 | 1:36 | 1.67 | 8:27 | 5:03 | 1 | - | 10 | 1:36 | |
| Hammerecke | 2.35 | 12:47 | 5:26 | 1 | - | 11 | 2:58 | 4.02 | 21:14 | 5:16 | 1 | - | 11 | 4:34 | |
| □□□ | 2.35 | 13:32 | 5:45 | 2 | 0:01 | 13 | 3:41 | 6.37 | 34:46 | 5:27 | 1 | - | 12 | 8:15 | |
| □□□ | 2.35 | 13:24 | 5:42 | 1 | - | 10 | 3:39 | 8.72 | 48:10 | 5:31 | 1 | - | 11 | 11:54 | |
| Ziel | 1.28 | 7:21 | 5:44 | 1 | - | 13 | 1:56 | 10.00 | 55:31 | 5:33 | 1 | - | 12 | 13:50 | |