



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Herwig, Claudia

Verein: Sportverein Rhön-Rennsteig-Sparkasse
Startnummer: 433

Strecke: 10,00 km
Köstritzer Lauf

Kategorie:
Frauen W30

Gesamt-Zeit: 53:01

Geschwindigkeit: 11,32 km/h
Laufleistung: 5:18 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 124 (von 153)

Strecken-Platzierung/Frauen: 11 (von 24)

Bestzeit der Strecke: 42:26

Kategorie-Platzierung: 1(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 53:01

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Runde 1	1,29	6:25	4:58	2	0:17	15	1:52	1,29	6:25	4:58	3		1	-
Runde 2	2.075,00	10:58	0:00	2	0:13	12	4:58	2.076,29	17:23	0:00	3		1	-
Runde 3	2.075,00	11:12	0:00	1	-	11	1:36	4.151,29	28:35	0:00	3		1	-
Runde 4	2.075,00	11:00	0:00	1	-	9	3:00	6.226,29	39:35	0:00	3		1	-
Runde 5	2.075,00	11:09	0:00	2	9:51	11	9:51	8.301,29	50:44	0:00	3		1	-
Letzte Runde Zie	411,00	2:17	0:00	4	1:17	14	1:17	10,00	53:01	5:18	2	11:06	12	11:06