



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

### Raab, Marina

Verein: LSV Lok Arnstadt

Startnummer: 340

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Frauen W50

Gesamt-Zeit: 55:16

Geschwindigkeit: 10,86 km/h

Laufleistung: 5:32 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 134 (von 153)

Strecken-Platzierung/Frauen: 17 (von 24)

Bestzeit der Strecke: 42:26

Kategorie-Platzierung: 3(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 45:09

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Runde 1	1,29	6:38	5:08	3	1:01	17	2:05	1,29	6:38	5:08	2	0:33	21	0:13
Runde 2	2.075,00	10:58	0:00	3	1:30	12	4:58	2.076,29	17:36	0:00	2	1:42	21	0:13
Runde 3	2.075,00	11:23	0:00	3	1:47	15	1:47	4.151,29	28:59	0:00	2	3:03	21	0:24
Runde 4	2.075,00	11:57	0:00	3	2:36	19	3:57	6.226,29	40:56	0:00	2	4:28	21	1:21
Runde 5	2.075,00	11:57	0:00	3	2:42	19	10:39	8.301,29	52:53	0:00	2	5:48	21	2:09
Letzte Runde Zie	411,00	2:23	0:00	3	0:31	19	1:23	10,00	55:16	5:31	3	10:07	18	13:21