



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

### Gruner, Birgit

Verein: TSV Germania 1887 Neustadt e.V.  
Startnummer: 306

Strecke: 10,00 km  
Köstritzer Lauf

Kategorie:  
Frauen W55

Gesamt-Zeit: 46:54

Geschwindigkeit: 12,79 km/h  
Laufleistung: 4:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 86 (von 153)

Strecken-Platzierung/Frauen: 4 (von 24)

Bestzeit der Strecke: 42:26

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 46:54

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Runde 1	1,29	5:35	4:19	1	-	2	1:02	1,29	5:35	4:19	1	-	24	
Runde 2	2.075,00	9:25	0:00	1	-	2	3:25	2.076,29	15:00	0:00	1	-	24	
Runde 3	2.075,00	9:42	0:00	1	-	2	0:06	4.151,29	24:42	0:00	1	-	24	
Runde 4	2.075,00	10:00	0:00	1	-	5	2:00	6.226,29	34:42	0:00	1	-	24	
Runde 5	2.075,00	10:09	0:00	1	-	6	8:51	8.301,29	44:51	0:00	1	-	24	
Letzte Runde Zie	411,00	2:03	0:00	1	-	7	1:03	10,00	46:54	4:41	1	-	5	4:59