



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

Detailauswertung

ernst, beate

Verein: Verein für Ges. und Rehasport Tabarz
Startnummer: 217

Strecke: 5,00 km
sunways 5-km-Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 21:25

Geschwindigkeit: 14,01 km/h
Laufleistung: 04:17 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 76)

Strecken-Platzierung/Frauen: 3 (von 31)

Bestzeit der Strecke: 19:17

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 21:25

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	0,44	1:39	3:45	1	-	2	0:07	0,44	1:39	3:45	1	-	29	
Runde 2	2,08	8:56	4:17	1	-	4	1:07	2,52	10:35	4:11	1	-	27	
Runde 3	2,08	8:58	4:18	1	-	3	0:42	4,60	19:33	4:15	1	-	26	
Letzte Runde Zie	0,41	1:52	4:33	1	-	4	0:16	5,00	21:25	4:16	1	-	3	2:08