



22. Arnstädter Citylauf
Arnstadt / 28.04.2012

Detailauswertung

Zelle, Monique

Verein: Dream Team Ilmenau
Startnummer: 306

Strecke: 10,00 km
Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 56:54

Geschwindigkeit: 10,54 km/h
Laufleistung: 05:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 64 (von 93)
Strecken-Platzierung/Frauen: 5 (von 14)
Bestzeit der Strecke: 42:24

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)
Bestzeit in der Kategorie: 56:54

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	6:08	4:45	1	-	4	1:11	1,29	6:08	4:45	1	-	5	1:11	
Runde 2	2,08	10:45	5:10	1	-	4	2:16	3,37	16:53	5:00	1	-	5	3:27	
Runde 3	2,08	11:34	5:33	1	-	5	2:41	5,45	28:27	5:13	1	-	5	6:08	
Runde 4	2,08	12:30	6:00	1	-	5	3:27	7,53	40:57	5:26	1	-	5	9:35	
Runde 5	2,08	13:17	6:23	2	0:24	7	4:07	9,61	54:14	5:38	1	-	5	13:42	
Letzte Runde Ziel	0,41	2:40	6:30	2	0:15	8	0:48	10,00	56:54	5:41	1	-	5	14:30	