



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

Detailauswertung

Gießler, Nancy

Verein: Arnstadt
Startnummer: 378

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

Kategorie:
Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:05:27

Geschwindigkeit: 9,17 km/h
Laufleistung: 06:32 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 75 (von 93)
Strecken-Platzierung/Frauen: 11 (von 14)
Bestzeit der Strecke: 42:24

Kategorie-Platzierung: 2(von 2)
Bestzeit in der Kategorie: 1:00:08

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	7:35	5:52	1	-	11	2:38	1,29	7:35	5:52	1	-	10	2:38
Runde 2	2,08	12:55	6:12	1	-	10	4:26	3,37	20:30	6:04	1	-	10	7:04
Runde 3	2,08	13:19	6:24	1	-	9	4:26	5,45	33:49	6:12	1	-	10	11:30
Runde 4	2,08	14:09	6:48	1	-	9	5:06	7,53	47:58	6:22	1	-	10	16:36
Runde 5	2,08	14:51	7:08	1	-	10	5:41	9,61	1:02:49	6:32	1	-	9	22:17
Letzte Runde Ziel	0,41	2:38	6:25	1	-	7	0:46	10,00	1:05:27	6:32	2	5:19	11	23:03