



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Bärwolf, Silvia

Verein: Laufftreff Breitungen

Startnummer: 330

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 47:02

Geschwindigkeit: 12,76 km/h

Laufleistung: 4:42 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 48 (von 104)

Strecken-Platzierung/Frauen: 2 (von 19)

Bestzeit der Strecke: 45:35

Kategorie-Platzierung: 1(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 47:02

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	1,70	7:37	4:28	2	0:01	7	0:38	1,70	7:37	4:28	1	-	11	0:21
Runde 2	2,34	11:08	4:45	1	-	3	0:22	4,04	18:45	4:38	1	-	18	
Runde 3	2,34	11:09	4:45	1	-	3	0:18	6,38	29:54	4:41	1	-	18	
Runde 4	2,34	11:09	4:45	1	-	2	0:12	8,72	41:03	4:42	1	-	18	
Letzte Runde Ziel	1,28	5:59	4:40	1	-	2	0:14	10,00	47:02	4:42	1	-	2	1:27