



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Raab, Katrin

Verein: LSV Lok Arnstadt

Startnummer: 337

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Frauen (20-29 Jahre)

Gesamt-Zeit: 52:12

Geschwindigkeit: 11,49 km/h

Laufleistung: 5:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 81 (von 104)

Strecken-Platzierung/Frauen: 13 (von 19)

Bestzeit der Strecke: 45:35

Kategorie-Platzierung: 6(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 45:35

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	8:03	4:44	6	1:04	13	1:04	1,70	8:03	4:44	6	0:47	7	0:47
Runde 2	2,34	12:23	5:17	6	1:37	13	1:37	4,04	20:26	5:03	6	2:24	7	1:39
Runde 3	2,34	12:26	5:18	6	1:35	13	1:35	6,38	32:52	5:09	6	3:59	7	1:48
Runde 4	2,34	12:41	5:25	5	1:44	12	1:44	8,72	45:33	5:13	6	5:43	7	1:47
Letzte Runde Ziel	1,28	6:39	5:11	5	0:54	11	0:54	10,00	52:12	5:13	6	6:37	13	6:37