



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Fleischer, Juliane Erbse

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt
Startnummer: 321

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 56:53

Geschwindigkeit: 10,55 km/h

Laufleistung: 5:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 93 (von 104)

Strecken-Platzierung/Frauen: 15 (von 19)

Bestzeit der Strecke: 45:35

Kategorie-Platzierung: 3(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 48:05

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Runde 1	1,70	9:06	5:21	3	1:40	15	2:07	1,70	9:06	5:21	3	1:40	5	1:50
Runde 2	2,34	13:26	5:44	3	2:08	15	2:40	4,04	22:32	5:34	3	3:36	5	3:45
Runde 3	2,34	13:21	5:42	3	1:56	15	2:30	6,38	35:53	5:37	3	5:26	5	4:49
Runde 4	2,34	13:46	5:52	3	2:14	15	2:49	8,72	49:39	5:41	3	7:34	5	5:53
Letzte Runde Ziel	1,28	7:14	5:39	3	1:14	15	1:29	10,00	56:53	5:41	3	8:48	16	11:18