



# 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

## Detailauswertung

**Heinz, Katrin**

Verein: Arnstadt  
Startnummer: 368

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

Kategorie:  
Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 1:00:33**

Geschwindigkeit: 9,91 km/h  
Laufleistung: 6:04 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 98 (von 104)

Strecken-Platzierung/Frauen: 16 (von 19)

Bestzeit der Strecke: 45:35

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)

Bestzeit in der Kategorie: 1:00:33

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Runde 1	1,70	9:50	5:47	1	-	17	2:51	1,70	9:50	5:47	1	-	2	2:34
Runde 2	2,34	14:18	6:06	1	-	16	3:32	4,04	24:08	5:58	1	-	4	5:21
Runde 3	2,34	14:08	6:02	1	-	16	3:17	6,38	38:16	5:59	1	-	4	7:12
Runde 4	2,34	14:18	6:06	1	-	16	3:21	8,72	52:34	6:01	1	-	4	8:48
Letzte Runde Ziel	1,28	7:59	6:14	1	-	16	2:14	10,00	1:00:33	6:03	2	7:36	17	14:58