



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

ernst, beate

Verein: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz
Startnummer: 175

Strecke: 5,00 km
5-km-Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 22:07

Geschwindigkeit: 13,56 km/h
Laufleistung: 4:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 16 (von 50)
Strecken-Platzierung/Frauen: 5 (von 23)
Bestzeit der Strecke: 19:52

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)
Bestzeit in der Kategorie: 22:07

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	1,39	5:27	3:55	1	-	5	0:11	1,39	5:27	3:55	1	-	5	0:11
Runde 2	2,35	10:40	4:32	1	-	5	1:12	3,74	16:07	4:18	1	-	5	1:12
Letzte Runde Ziel	1,30	6:00	4:36	1	-	5	0:52	5,00	22:07	4:25	1	-	5	2:15