



# 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

## Detailauswertung

**Haak, Laura**

Verein: Speedskating Arnstadt e.V.

Startnummer: 179

Strecke: 5,00 km

5-km-Lauf

Kategorie:

weibliche Jugend W14 (14 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 30:32**

Geschwindigkeit: 9,83 km/h

Laufleistung: 6:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 43 (von 50)

Strecken-Platzierung/Frauen: 17 (von 23)

Bestzeit der Strecke: 19:52

Kategorie-Platzierung: 3(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 20:19

### 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  | 8:13  | 5:54   | 2             | 2:56 | 18     | 2:57   | 1,39   | 8:13  | 5:54   | 3    | 2:56  | 7      | 0:31   |
| Runde 2          | 2,35  | 14:40 | 6:14   | 3             | 4:51 | 17     | 5:12   | 3,74   | 22:53 | 6:07   | 2    | 7:47  | 7      | 1:30   |
| Letzte Runde Zie | 1,30  | 7:39  | 5:53   | 3             | 2:26 | 15     | 2:31   | 5,00   | 30:32 | 6:06   | 3    | 10:13 | 17     | 10:40  |