



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Sahl, Birgit

Verein: Arnstadt
Startnummer: 203

Strecke: 5,00 km
5-km-Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 31:44

Geschwindigkeit: 9,45 km/h
Laufleistung: 6:21 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 47 (von 50)
Strecken-Platzierung/Frauen: 21 (von 23)
Bestzeit der Strecke: 19:52

Kategorie-Platzierung: 2(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	8:10	5:52	2	2:43	17	2:54	1,39	8:10	5:52	2	2:43	4	0:28
Runde 2	2,35	15:19	6:31	2	4:39	19	5:51	3,74	23:29	6:16	2	7:22	4	2:06
Letzte Runde Zie	1,30	8:15	6:20	2	2:15	21	3:07	5,00	31:44	6:20	2	9:37	21	11:52