



35. Alteburglauf
 Arnstadt / 03.05.2013

Detailauswertung

Romming, Nicole

Verein: Fitness Oase
 Startnummer: 295

Strecke: 10,00 km
 Hauptlauf

Kategorie:
 Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 48:27

Geschwindigkeit: 12,38 km/h
 Laufleistung: 4:50 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 60 (von 114)
 Strecken-Platzierung/Frauen: 5 (von 19)
 Bestzeit der Strecke: 41:01

Kategorie-Platzierung: 1(von 4)
 Bestzeit in der Kategorie: 48:27

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Runde 1	2,30	10:12	4:26	1	-	5	1:43	2,30	10:12	4:26	1	-	5	1:43
Runde 2	3,80	19:45	5:11	1	-	6	3:11	6,10	29:57	4:54	1	-	6	3:11
Letzte Runde Ziel	3,90	18:30	4:44	1	-	8	2:32	10,00	48:27	4:50	1	-	5	7:26