



35. Alteburglauf
Arnstadt / 03.05.2013

Detailauswertung

Pahn, Ingrid

Startnummer: 214

Strecke: 10,00 km

Hauptlauf

Kategorie:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 48:30

Geschwindigkeit: 12,37 km/h

Laufleistung: 4:51 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 62 (von 114)

Strecken-Platzierung/Frauen: 6 (von 19)

Bestzeit der Strecke: 41:01

Kategorie-Platzierung: 2(von 4)

Bestzeit in der Kategorie: 47:06

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	2,30	10:22	4:30	2	0:05	7	1:53	2,30	10:22	4:30	2	0:05	15	
Runde 2	3,80	20:05	5:17	2	0:52	7	3:31	6,10	30:27	4:59	2	0:57	15	
Letzte Runde Ziel	3,90	18:03	4:37	2	0:27	6	2:05	10,00	48:30	4:50	2	1:24	6	7:29