



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Detailauswertung

Köhler, Ljuba

Verein: LSV Lok Arnstadt

Startnummer: 238

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 50:00

Geschwindigkeit: 12,00 km/h

Laufleistung: 5:00 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 55 (von 103)

Strecken-Platzierung/Frauen: 6 (von 23)

Bestzeit der Strecke: 44:00

Kategorie-Platzierung: 1(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 50:00

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	1,70	7:53	4:38	1	-	7	1:09	1,70	7:53	4:38	1	-	18	
Runde 2	2,34	11:35	4:57	1	-	7	1:16	4,04	19:28	4:49	1	-	19	
Runde 3	2,34	11:46	5:01	1	-	5	1:25	6,38	31:14	4:53	1	-	19	
Runde 4	2,34	11:57	5:06	1	-	4	1:24	8,72	43:11	4:57	1	-	19	
Letzte Runde Ziel	1,30	6:49	5:14	1	-	7	1:12	10,00	50:00	5:00	1	-	6	6:00