



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Detailauswertung

Kirchner, Manuela

Verein: KS-Sportsworld

Startnummer: 225

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 56:32

Geschwindigkeit: 10,61 km/h

Laufleistung: 5:39 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 85 (von 103)

Strecken-Platzierung/Frauen: 15 (von 23)

Bestzeit der Strecke: 44:00

Kategorie-Platzierung: 3(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 47:58

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Runde 1	1,70	8:32	5:01	3	1:31	15	1:48	1,70	8:32	5:01	3	1:31	9	0:21
Runde 2	2,34	13:03	5:34	3	2:20	14	2:44	4,04	21:35	5:20	3	3:51	9	0:27
Runde 3	2,34	13:23	5:43	3	2:02	13	3:02	6,38	34:58	5:28	3	5:53	9	0:26
Runde 4	2,34	13:51	5:55	3	1:38	14	3:18	8,72	48:49	5:35	3	7:18	9	0:29
Letzte Runde Ziel	1,30	7:43	5:56	3	1:16	16	2:06	10,00	56:32	5:39	3	8:34	15	12:32