



# 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

## Detailauswertung

**Krause, Sandra**

Verein: Erfurt  
Startnummer: 232

Strecke: 10,00 km  
Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:  
Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 1:05:16**

Geschwindigkeit: 9,19 km/h  
Laufleistung: 6:32 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 100 (von 103)

Strecken-Platzierung/Frauen: 22 (von 23)

Bestzeit der Strecke: 44:00

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 1:05:16

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	9:28	5:34	1	-	18	2:44	1,70	9:28	5:34	1	-	3	1:17
Runde 2	2,34	15:07	6:27	1	-	22	4:48	4,04	24:35	6:05	1	-	3	3:27
Runde 3	2,34	15:59	6:49	1	-	23	5:38	6,38	40:34	6:21	1	-	3	6:02
Runde 4	2,34	16:03	6:51	1	-	22	5:30	8,72	56:37	6:29	1	-	3	8:17
Letzte Runde Ziel	1,30	8:39	6:39	1	-	22	3:02	10,00	1:05:16	6:31	1	-	22	21:16