



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Detailauswertung

Köhler, Ljuba

Verein: LSV Lok Arnstadt

Startnummer: 340

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 51:24

Geschwindigkeit: 11,67 km/h

Laufleistung: 5:08 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 94 (von 127)

Strecken-Platzierung/Frauen: 10 (von 22)

Bestzeit der Strecke: 43:14

Kategorie-Platzierung: 2(von 4)

Bestzeit in der Kategorie: 49:56

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	1,67	8:03	4:49	2	0:30	8	1:32	1,67	8:03	4:49	2	0:30	8	1:32
Runde 2	2,35	12:00	5:06	2	0:29	10	1:53	4,02	20:03	4:59	2	0:59	11	3:01
Runde 3	2,35	12:20	5:14	2	0:27	10	2:00	6,37	32:23	5:05	2	1:26	11	5:01
Runde 4	2,35	12:13	5:11	2	0:02	9	1:59	8,72	44:36	5:06	2	1:28	10	7:00
Letzte Runde Ziel	1,28	6:48	5:18	1	-	8	1:10	10,00	51:24	5:08	2	1:28	10	8:10