



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Detailauswertung

Baerwolf, Silvia

Verein: Laufftreff Breitungen
Startnummer: 287

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

Kategorie:
Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 49:28

Geschwindigkeit: 12,13 km/h
Laufleistung: 4:57 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 49 (von 84)

Strecken-Platzierung/Frauen: 6 (von 23)

Bestzeit der Strecke: 41:13

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 49:28

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	1,67	8:00	4:47	1	-	9	1:28	1,67	8:00	4:47	1	-	9	1:28
Runde 2	2,35	11:55	5:04	1	-	8	2:19	4,02	19:55	4:57	1	-	8	3:47
Runde 3	2,35	11:51	5:02	1	-	5	1:57	6,37	31:46	4:59	1	-	8	5:44
Runde 4	2,35	11:35	4:55	1	-	4	1:46	8,72	43:21	4:58	1	-	6	7:30
Letzte Runde Ziel	1,28	6:07	4:46	1	-	3	0:47	10,00	49:28	4:56	1	-	6	8:15