



26. Arnstädter Citylauf
Arnstadt / 30.04.2016

Detailauswertung

Esche, Sonja

Verein: LSV Lok Arnstadt
Startnummer: 282

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

Kategorie:
Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 52:20

Geschwindigkeit: 11,46 km/h
Laufleistung: 5:14 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 60 (von 84)
Strecken-Platzierung/Frauen: 11 (von 23)
Bestzeit der Strecke: 41:13

Kategorie-Platzierung: 2(von 4)
Bestzeit in der Kategorie: 49:45

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	1,67	8:27	5:03	3	0:42	15	1:55	1,67	8:27	5:03	3	0:42	15	1:55
Runde 2	2,35	12:00	5:06	2	0:18	10	2:24	4,02	20:27	5:05	2	1:00	12	4:19
Runde 3	2,35	12:21	5:15	2	0:24	9	2:27	6,37	32:48	5:08	2	1:24	11	6:46
Runde 4	2,35	12:37	5:22	2	0:38	9	2:48	8,72	45:25	5:12	2	2:02	11	9:34
Letzte Runde Ziel	1,28	6:55	5:24	2	0:33	12	1:35	10,00	52:20	5:14	2	2:35	11	11:07