



26. Arnstädter Citylauf
 Arnstadt / 30.04.2016

Detailauswertung

Schärf, Rita

Verein: Arnstadt
 Startnummer: 231

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

Kategorie:
 Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 53:43

Geschwindigkeit: 11,17 km/h
 Laufleistung: 5:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 67 (von 84)
 Strecken-Platzierung/Frauen: 13 (von 23)
 Bestzeit der Strecke: 41:13

Kategorie-Platzierung: 2(von 4)
 Bestzeit in der Kategorie: 48:02

| 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 | 8:31 | 5:05 | 3 | 0:56 | 16 | 1:59 | 1,67 | 8:31 | 5:05 | 3 | 0:56 | 16 | 1:59 |
| Runde 2 | 2,35 | 12:32 | 5:19 | 2 | 1:21 | 14 | 2:56 | 4,02 | 21:03 | 5:14 | 3 | 2:17 | 16 | 4:55 |
| Runde 3 | 2,35 | 12:52 | 5:28 | 2 | 1:19 | 12 | 2:58 | 6,37 | 33:55 | 5:19 | 2 | 3:36 | 14 | 7:53 |
| Runde 4 | 2,35 | 12:50 | 5:27 | 2 | 1:19 | 11 | 3:01 | 8,72 | 46:45 | 5:21 | 2 | 4:55 | 13 | 10:54 |
| Letzte Runde Ziel | 1,28 | 6:58 | 5:26 | 2 | 0:46 | 13 | 1:38 | 10,00 | 53:43 | 5:22 | 2 | 5:41 | 13 | 12:30 |