



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Detailauswertung

Kremzow, Heidi

Verein: Treiser LWT
Startnummer: 243

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

Kategorie:
Seniorinnen W60 (60-64 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:03:10

Geschwindigkeit: 9,50 km/h
Laufleistung: 6:19 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 84 (von 84)

Strecken-Platzierung/Frauen: 23 (von 23)

Bestzeit der Strecke: 41:13

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 1:03:10

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	9:45	5:50	1	-	22	3:13	1,67	9:45	5:50	1	-	22	3:13
Runde 2	2,35	14:32	6:11	1	-	23	4:56	4,02	24:17	6:02	1	-	23	8:09
Runde 3	2,35	15:09	6:26	1	-	23	5:15	6,37	39:26	6:11	1	-	23	13:24
Runde 4	2,35	15:26	6:34	1	-	23	5:37	8,72	54:52	6:17	1	-	23	19:01
Letzte Runde Ziel	1,28	8:18	6:29	1	-	23	2:58	10,00	1:03:10	6:18	1	-	23	21:57