



# 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

## Detailauswertung

**Kriese, Manuela**

Verein: katholische Laufjugend Arnstadt  
Startnummer: 145

Strecke: 5,00 km  
n3 5-km-Lauf

Kategorie:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 30:02**

Geschwindigkeit: 9,99 km/h  
Laufleistung: 6:01 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 47 (von 56)  
Strecken-Platzierung/Frauen: 17 (von 20)  
Bestzeit der Strecke: 22:21

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)  
Bestzeit in der Kategorie: 30:02

| 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          | 1,38                | 7:48       | 5:39         | 1          | -            | 17           | 1:49           | 1,38          | 7:48        | 5:39          | 1          | -            | 17           | 1:49           |
| Runde 2          | 2,34                | 14:17      | 6:06         | 1          | -            | 15           | 3:41           | 3,72          | 22:05       | 5:56          | 1          | -            | 17           | 5:30           |
| Letzte Runde Zie | 1,28                | 7:57       | 6:12         | 1          | -            | 16           | 2:11           | 5,00          | 30:02       | 6:00          | 1          | -            | 17           | 7:41           |