



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Detailauswertung

SCHäRF, Rita

Verein: RSV Adler Arnstadt

Startnummer: 239

Strecke: 10,00 km

n3 10-km-Lauf

Kategorie:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 58:03

Geschwindigkeit: 10,34 km/h

Laufleistung: 5:48 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 69 (von 96)

Strecken-Platzierung/Frauen: 15 (von 34)

Bestzeit der Strecke: 39:56

Kategorie-Platzierung: 2(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 56:18

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	8:43	5:13	2	0:19	11	2:38	1,67	8:43	5:13	2	0:19	11	2:38
Runde 2	2,35	13:30	5:44	3	0:46	16	4:18	4,02	22:13	5:31	3	1:05	18	6:56
Runde 3	2,35	13:40	5:48	2	0:26	14	4:11	6,37	35:53	5:37	2	1:31	15	11:07
Runde 4	2,35	14:12	6:02	2	0:27	14	4:26	8,72	50:05	5:44	2	1:58	14	15:33
Letzte Runde Ziel	1,28	7:58	6:13	2	0:14	21	2:34	10,00	58:03	5:48	2	1:45	15	18:07