



# 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

## Detailauswertung

**Pohlan, Stefanie**

Verein: Arnstadt  
Startnummer: 322

Strecke: 3,00 km  
McDonald`s 3-km-Lauf

Kategorie:  
Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 22:34**

Geschwindigkeit: 7,98 km/h  
Laufleistung: 7:31 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 45 (von 45)

Strecken-Platzierung/Frauen: 23 (von 23)

Bestzeit der Strecke: 13:03

Kategorie-Platzierung: 3(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 19:29

Zwischenzeiten		Teilstreckenwertung						Gesamtwertung						
Kontrolle	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	1,72	12:05	7:01	3	1:11	23	4:58	1,72	12:05	7:01	3	1:11	23	4:58
Letzte Runde Ziel	1,28	10:29	8:11	3	1:54	23	4:33	3,00	22:34	7:31	3	3:05	23	9:31