



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Detailauswertung

Spaleck, Doreen

Verein: VfB Torpedo Ichtershausen

Startnummer: 179

Strecke: 5,00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Kategorie:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 29:58

Geschwindigkeit: 10,01 km/h

Laufleistung: 5:59 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 38 (von 52)

Strecken-Platzierung/Frauen: 10 (von 18)

Bestzeit der Strecke: 24:51

Kategorie-Platzierung: 2(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 25:29

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

| Kontrolle | Split | | | Platz Rückst. | | | | Gesamt | | | | | | |
|------------------|-------|-------|--------|---------------|------|--------|--------|--------|-------|--------|------|------|--------|--------|
| | km | Zeit | min/km | Kat. | Kat. | Frauer | Frauen | km | Zeit | min/km | Kat. | Kat. | Frauer | Frauen |
| Runde 1 | 1,38 | 7:00 | 5:04 | 2 | 0:41 | 6 | 0:55 | 1,38 | 7:00 | 5:04 | 2 | 0:41 | 6 | 0:55 |
| Runde 2 | 2,34 | 14:43 | 6:17 | 2 | 2:30 | 10 | 2:41 | 3,72 | 21:43 | 5:50 | 2 | 3:11 | 7 | 3:36 |
| Letzte Runde Zie | 1,28 | 8:15 | 6:26 | 2 | 1:18 | 12 | 1:31 | 5,00 | 29:58 | 5:59 | 2 | 4:29 | 10 | 5:07 |