



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	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	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