



**3Türmelauf**  
Bad Langensalza / 14.04.2019

**Detailauswertung**

**Puderbach, Heidrun**

Verein: Bad Langensalza  
Startnummer: 1035

Strecke: 5,00 km  
5 km - Lauf

Kategorie:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 29:50**

Geschwindigkeit: 10,06 km/h  
Laufleistung: 5:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 145 (von 238)

Strecken-Platzierung/Frauen: 48 (von 108)

Bestzeit der Strecke: 21:46

Kategorie-Platzierung: 8(von 20)

Bestzeit in der Kategorie: 22:40

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	4,55	27:56	6:08	8	6:59	48	18:42	4,55	27:56	6:08	8	6:59	48	18:42
Letzte Runde Ziel	0,45	1:54	4:13	3	0:11	19	0:22	5,00	29:50	5:58	8	7:10	48	8:04