



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

## Detailauswertung

**Manzke, Helena Danae**

Verein: LSV Lok Arnstadt

Startnummer: 172

Strecke: 3,00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

Kategorie:

weibliche Jugend U16 (14-15 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 11:14**

Geschwindigkeit: 16,02 km/h

Laufleistung: 3:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 1 (von 30)

Strecken-Platzierung/Frauen: 1 (von 16)

Bestzeit der Strecke: 11:14

Kategorie-Platzierung: 1(von 4)

Bestzeit in der Kategorie: 11:14

### 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.
Runde 1	1,72	6:20	3:40	1	-	1	-	1,72	6:20	3:40	1	-	1	-
Letzte Runde Zie	1,28	4:54	3:49	1	-	1	-	3,00	11:14	3:44	1	-	1	-