



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detailauswertung

Keiner, Sandy

Verein: Arnstadt
Startnummer: 200

Strecke: 10,00 km
10-km-Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:04:53

Geschwindigkeit: 9,25 km/h
Laufleistung: 6:29 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 64 (von 68)

Strecken-Platzierung/Frauen: 15 (von 16)

Bestzeit der Strecke: 44:28

Kategorie-Platzierung: 4(von 4)

Bestzeit in der Kategorie: 47:32

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Runde 1	1,67	9:10	5:29	4	1:56	14	2:40	1,67	9:10	5:29	4	1:56	14	2:40
Runde 2	2,35	16:00	6:48	4	4:50	15	5:43	4,02	25:10	6:15	4	6:46	15	8:23
Runde 3	2,35	15:30	6:35	4	4:06	15	4:59	6,37	40:40	6:23	4	10:52	15	13:22
Runde 4	2,35	15:42	6:40	4	4:16	15	4:37	8,72	56:22	6:27	4	15:08	15	17:59
Letzte Runde Ziel	1,28	8:31	6:39	4	2:13	15	2:26	10,00	1:04:53	6:29	4	17:21	15	20:25