



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detailauswertung

Erdmann, Helena

Verein: LSV LOK Arnstadt

Startnummer: 20

Strecke: 3,00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

Kategorie:

weibliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

Gesamt-Zeit: 16:46

Geschwindigkeit: 10,74 km/h

Laufleistung: 5:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 14 (von 22)

Strecken-Platzierung/Frauen: 9 (von 15)

Bestzeit der Strecke: 13:48

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 16:46

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	1,72	8:53	5:09	1	-	8	0:58	1,72	8:53	5:09	1	-	8	0:58
Letzte Runde Ziel	1,28	7:53	6:09	1	-	10	2:00	3,00	16:46	5:35	1	-	9	2:58