



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## Detailauswertung

**Bogen, Ines**

Verein: Laufftreff Alteburg

Startnummer: 104

Strecke: 5,00 km

5-km-Lauf

Kategorie:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 26:20**

Geschwindigkeit: 11,39 km/h

Laufleistung: 5:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 15 (von 30)

Strecken-Platzierung/Frauen: 4 (von 10)

Bestzeit der Strecke: 22:42

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 26:20

### 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	1,38	6:46	4:54	1	-	5	1:02	1,38	6:46	4:54	1	-	5	1:02
Runde 2	2,34	12:33	5:21	1	-	4	1:46	3,72	19:19	5:11	1	-	4	2:48
Letzte Runde Ziel	1,28	7:01	5:28	1	-	5	0:50	5,00	26:20	5:15	1	-	4	3:38