



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detailauswertung

Hänsgen, Katrin

Verein: TSG Ruhla/WSC 07

Startnummer: 81

Strecke: 5,00 km

5-km-Lauf

Kategorie:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 31:32

Geschwindigkeit: 9,51 km/h

Laufleistung: 6:19 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 28 (von 30)

Strecken-Platzierung/Frauen: 9 (von 10)

Bestzeit der Strecke: 22:42

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 31:32

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	8:22	6:03	1	-	8	2:38	1,38	8:22	6:03	1	-	8	2:38
Runde 2	2,34	15:01	6:25	1	-	9	4:14	3,72	23:23	6:17	1	-	8	6:52
Letzte Runde Zie	1,28	8:09	6:22	1	-	8	1:58	5,00	31:32	6:18	1	-	9	8:50