



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detailauswertung

Tittelbach-Helmrich, Uta

Verein: Alkersleben

Startnummer: 191

Strecke: 10,00 km

10-km-Lauf

Kategorie:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 50:41

Geschwindigkeit: 11,84 km/h

Laufleistung: 5:04 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 35 (von 68)

Strecken-Platzierung/Frauen: 5 (von 16)

Bestzeit der Strecke: 44:28

Kategorie-Platzierung: 2(von 4)

Bestzeit in der Kategorie: 47:32

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Runde 1	1,67	7:39	4:34	2	0:25	7	1:09	1,67	7:39	4:34	2	0:25	7	1:09
Runde 2	2,35	12:14	5:12	2	1:04	7	1:57	4,02	19:53	4:56	2	1:29	7	3:06
Runde 3	2,35	12:15	5:12	2	0:51	6	1:44	6,37	32:08	5:02	2	2:20	7	4:50
Runde 4	2,35	12:09	5:10	2	0:43	4	1:04	8,72	44:17	5:04	2	3:03	7	5:54
Letzte Runde Ziel	1,28	6:24	5:00	2	0:06	3	0:19	10,00	50:41	5:04	2	3:09	5	6:13