



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## Detailauswertung

**Erdmann, Stephanie**

Verein: Lok ARN  
Startnummer: 22

Strecke: 10,00 km  
10-km-Lauf

Kategorie:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 50:43**

Geschwindigkeit: 11,83 km/h  
Laufleistung: 5:04 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 36 (von 68)

Strecken-Platzierung/Frauen: 6 (von 16)

Bestzeit der Strecke: 44:28

Kategorie-Platzierung: 3(von 4)

Bestzeit in der Kategorie: 44:28

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	7:26	4:27	3	0:56	6	0:56	1,67	7:26	4:27	3	0:56	6	0:56
Runde 2	2,35	11:59	5:05	3	1:42	6	1:42	4,02	19:25	4:49	3	2:38	6	2:38
Runde 3	2,35	12:16	5:13	3	1:45	7	1:45	6,37	31:41	4:58	3	4:23	6	4:23
Runde 4	2,35	12:21	5:15	3	1:16	5	1:16	8,72	44:02	5:02	3	5:39	6	5:39
Letzte Runde Ziel	1,28	6:41	5:13	3	0:36	5	0:36	10,00	50:43	5:04	3	6:15	6	6:15