



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

Detailauswertung

Ingrid Pahn

Verein: ZahnPAHN.de

Startnummer: 261

Strecke: 10,00 km

10-km-Lauf (A-B-C Cup)

Kategorie:

Seniorinnen W60 (60-64) L

Gesamt-Zeit: 57:05

Geschwindigkeit: 10,51 km/h

Laufleistung: 5:42 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 46 (von 67)

Strecken-Platzierung/Frauen: 14 (von 25)

Bestzeit der Strecke: 41:41

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 57:05

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Hammerecke	1,67	8:54	5:19	1	-	18	2:03	1,67	8:54	5:19	1	-	18	2:03
Hammerecke	2,35	13:27	5:43	1	-	16	3:38	4,02	22:21	5:33	1	-	18	5:41
Kontrolle	2,35	13:46	5:51	1	-	16	3:55	6,37	36:07	5:40	1	-	18	9:36
Kontrolle	2,35	13:49	5:52	1	-	14	4:04	8,72	49:56	5:43	1	-	17	13:40
Ziel	1,28	7:09	5:35	1	-	9	1:44	10,00	57:05	5:42	1	-	14	15:24