



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Exploitation détaillée

Hiller, Nadine

Association: Nofretete e. V.  
Dossard: 441

Circuit: 10.00 km  
Köstritzer Lauf

Catégorie:  
Frauen W20

Temps total: 54:51

Vitesse: 10.94 km/h  
Kilométrage: 5:29 min/km

Place par parcours/Total: 132 (de 153)  
Place par parcours/Femmes: 15 (de 24)  
Meilleur temps dans le parcours: 42:26  
Place par catégorie: 5(de 8)  
Meilleur temps dans la catégorie: 42:26

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	
Tour 1	1.29	6:39	5:09	6	2:06	18	2:06	1.29	6:39	5:09	3	0:20	10	0:14	
Tour 2	2,075.00	11:00	0:00	3	5:00	14	5:00	2,076.29	17:39	0:00	3	0:39	10	0:16	
Tour 3	2,075.00	11:15	0:00	3	1:15	13	1:39	4,151.29	28:54	0:00	3	1:05	10	0:19	
Tour 4	2,075.00	11:34	0:00	4	3:34	15	3:34	6,226.29	40:28	0:00	2	1:27	10	0:53	
Tour 5	2,075.00	11:58	0:00	6	6:58	20	10:40	8,301.29	52:26	0:00	3	1:57	10	1:42	
Dernier temps Ar	411.00	2:25	0:00	6	0:27	21	1:25	10.00	54:51	5:29	5	12:25	16	12:56	