



## 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

### Exploitation détaillée

**Raab, Katrin**

Association: LSV Lok Arnstadt

Dossard: 357

Circuit: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Catégorie:

Frauen W20

Temps total: 55:01

Vitesse: 10.91 km/h

Kilométrage: 5:30 min/km

Place par parcours/Total: 133 (de 153)

Place par parcours/Femmes: 16 (de 24)

Meilleur temps dans le parcours: 42:26

Place par catégorie: 6(de 8)

Meilleur temps dans la catégorie: 42:26

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.	Femme			Femmes	km
Tour 1	1.29	6:20	4:54	5	1:47	14	1:47	1.29	6:20	4:54	4	0:01	9	
Tour 2	2,075.00	11:15	0:00	5	5:15	17	5:15	2,076.29	17:35	0:00	4	0:35	9	0:12
Tour 3	2,075.00	11:38	0:00	6	1:38	18	2:02	4,151.29	29:13	0:00	4	1:24	9	0:38
Tour 4	2,075.00	12:12	0:00	7	4:12	22	4:12	6,226.29	41:25	0:00	4	2:24	9	1:50
Tour 5	2,075.00	11:20	0:00	4	6:20	14	10:02	8,301.29	52:45	0:00	4	2:16	9	2:01
Dernier temps Ar	411.00	2:16	0:00	3	0:18	13	1:16	10.00	55:01	5:30	6	12:35	17	13:06