



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Exploitation détaillée

Kremzow, Heidi

Association: Treiser LWT

Dossard: 243

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Seniorinnen W60 (60-64 Jahre)

Temps total: 1:03:10

Vitesse: 9.50 km/h

Kilométrage: 6:19 min/km

Place par parcours/Total: 84 (de 84)

Place par parcours/Femmes: 23 (de 23)

Meilleur temps dans le parcours: 41:13

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:03:10

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Place		Retard	Total		Place	Retard	Place		Retard
	km	Temps			catg.	catg.		Femme	Femmes			km	Temps	
Tour 1	1.67	9:45	5:50	1	-	22	3:13	1.67	9:45	5:50	1	-	22	3:13
Tour 2	2.35	14:32	6:11	1	-	23	4:56	4.02	24:17	6:02	1	-	23	8:09
Tour 3	2.35	15:09	6:26	1	-	23	5:15	6.37	39:26	6:11	1	-	23	13:24
Tour 4	2.35	15:26	6:34	1	-	23	5:37	8.72	54:52	6:17	1	-	23	19:01
Dernier temps Zi	1.28	8:18	6:29	1	-	23	2:58	10.00	1:03:10	6:18	1	-	23	21:57