



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Exploitation détaillée

Kaiser, Nicole

Association: Katholische Laufjugend Arnstadt
Dossard: 119

Circuit: 5.00 km
n3 5-km-Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

Temps total: 28:08

Vitesse: 10.66 km/h
Kilométrage: 5:38 min/km

Place par parcours/Total: 32 (de 56)

Place par parcours/Femmes: 6 (de 20)

Meilleur temps dans le parcours: 22:21

Place par catégorie: 3(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 23:12

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

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	1.38	7:25	5:22	4	1:01	9	1:26	1.38	7:25	5:22	4	1:01	9	1:26
Tour 2	2.34	13:49	5:54	4	2:53	8	3:13	3.72	21:14	5:42	4	3:54	7	4:39
Dernier temps Zi	1.28	6:54	5:23	3	1:02	4	1:08	5.00	28:08	5:37	3	4:56	6	5:47