



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Exploitation détaillée

Kriese, Manuela

Association: katholische Laufjugend Arnstadt
Dossard: 145

Circuit: 5.00 km
n3 5-km-Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Temps total: 30:02

Vitesse: 9.99 km/h
Kilométrage: 6:01 min/km

Place par parcours/Total: 47 (de 56)
Place par parcours/Femmes: 17 (de 20)
Meilleur temps dans le parcours: 22:21
Place par catégorie: 1(de 1)
Meilleur temps dans la catégorie: 30:02

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Tour 1	1.38	7:48	5:39	1	-	17	1:49	1.38	7:48	5:39	1	-	17	1:49	1.38	7:48	5:39	1	-	17	1:49	1.38	7:48	5:39	1	-	17	1:49
Tour 2	2.34	14:17	6:06	1	-	15	3:41	3.72	22:05	5:56	1	-	17	5:30	3.72	22:05	5:56	1	-	17	5:30	3.72	22:05	5:56	1	-	17	5:30
Dernier temps Zi	1.28	7:57	6:12	1	-	16	2:11	5.00	30:02	6:00	1	-	17	7:41	5.00	30:02	6:00	1	-	17	7:41	5.00	30:02	6:00	1	-	17	7:41