



## 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

### Exploitation détaillée

Freitag, Carolin

Association: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Dossard: 9

Circuit: 10.00 km  
n3 10-km-Lauf

Catégorie:  
Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

Temps total: 55:02

Vitesse: 10.90 km/h  
Kilométrage: 5:30 min/km

Place par parcours/Total: 52 (de 72)

Place par parcours/Femmes: 5 (de 15)

Meilleur temps dans le parcours: 43:03

Place par catégorie: 1(de 2)

Meilleur temps dans la catégorie: 55:02

### 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	8:44	5:13	1	-	9	1:49	1.67	8:44	5:13	1	-	9	1:49
Tour 2	2.35	13:09	5:35	1	-	8	2:54	4.02	21:53	5:26	1	-	9	4:43
Tour 3	2.35	13:04	5:33	1	-	5	2:52	6.37	34:57	5:29	1	-	8	7:35
Tour 4	2.35	12:56	5:30	1	-	5	2:44	8.72	47:53	5:29	1	-	6	10:19
Dernier temps Zi	1.28	7:09	5:35	1	-	6	1:40	10.00	55:02	5:30	1	-	5	11:59