



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Exploitation détaillée

Spaleck, Doreen

Association: VfB Torpedo Ichtershausen

Dossard: 179

Circuit: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Catégorie:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Temps total: 29:58

Vitesse: 10.01 km/h

Kilométrage: 5:59 min/km

Place par parcours/Total: 38 (de 52)

Place par parcours/Femmes: 10 (de 18)

Meilleur temps dans le parcours: 24:51

Place par catégorie: 2(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 25:29

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	1.38	7:00	5:04	2	0:41	6	0:55	1.38	7:00	5:04	2	0:41	6	0:55
Tour 2	2.34	14:43	6:17	2	2:30	10	2:41	3.72	21:43	5:50	2	3:11	7	3:36
Dernier temps Zi	1.28	8:15	6:26	2	1:18	12	1:31	5.00	29:58	5:59	2	4:29	10	5:07