



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

## Exploitation détaillée

**Erdmann, Helena**

Association: LSV Lok Arnstadt  
Dossard: 164

Circuit: 3.00 km  
McDonald`s 3-km-Lauf

Catégorie:  
weibliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

Temps total: 15:32

Vitesse: 11.59 km/h  
Kilométrage: 5:11 min/km

Place par parcours/Total: 23 (de 30)  
Place par parcours/Femmes: 10 (de 16)  
Meilleur temps dans le parcours: 11:14  
Place par catégorie: 1(de 2)  
Meilleur temps dans la catégorie: 15:32

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	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	1.72	8:30	4:56	1	-	7	2:10	1.72	8:30	4:56	1	-	7	2:10
Dernier temps Zi	1.28	7:02	5:29	1	-	11	2:08	3.00	15:32	5:10	1	-	10	4:18