



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Exploitation détaillée

Rode, Jana

Association: Gamstädt OT Kleinrettbach

Dossard: 184

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:01:36

Vitesse: 9.74 km/h

Kilométrage: 6:10 min/km

Place par parcours/Total: 61 (de 68)

Place par parcours/Femmes: 13 (de 16)

Meilleur temps dans le parcours: 44:28

Place par catégorie: 4(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 44:28

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	8:57	5:21	4	2:27	12	2:27	1.67	8:57	5:21	4	2:27	12	2:27
Tour 2	2.35	14:17	6:04	4	4:00	13	4:00	4.02	23:14	5:46	4	6:27	12	6:27
Tour 3	2.35	14:48	6:17	4	4:17	13	4:17	6.37	38:02	5:58	4	10:44	13	10:44
Tour 4	2.35	15:16	6:29	4	4:11	13	4:11	8.72	53:18	6:06	4	14:55	13	14:55
Dernier temps Zi	1.28	8:18	6:29	4	2:13	13	2:13	10.00	1:01:36	6:09	4	17:08	13	17:08