



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## Exploitation détaillée

**Erdmann, Helena**

Association: LSV LOK Arnstadt

Dossard: 20

Circuit: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

Catégorie:

weibliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

Temps total: 16:46

Vitesse: 10.74 km/h

Kilométrage: 5:35 min/km

Place par parcours/Total: 14 (de 22)

Place par parcours/Femmes: 9 (de 15)

Meilleur temps dans le parcours: 13:48

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 16:46

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

| Poste            | Temps intermédiaires |             |              |             | 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                 | 8:53        | 5:09         | 1           | -                 | 8           | 0:58          | 1.72     | 8:53           | 5:09         | 1           | -            | 8           | 0:58          |
| Dernier temps Zi | 1.28                 | 7:53        | 6:09         | 1           | -                 | 10          | 2:00          | 3.00     | 16:46          | 5:35         | 1           | -            | 9           | 2:58          |