



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Exploitation détaillée

Bogen, Ines

Association: Laufftreff Alteburg

Dossard: 104

Circuit: 5.00 km

5-km-Lauf

Catégorie:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Temps total: 26:20

Vitesse: 11.39 km/h

Kilométrage: 5:16 min/km

Place par parcours/Total: 15 (de 30)

Place par parcours/Femmes: 4 (de 10)

Meilleur temps dans le parcours: 22:42

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 26:20

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Tour 1	1.38	6:46	4:54	1	-	5	1:02	1.38	6:46	4:54	1	-	5	1:02	1.38	6:46	4:54	1	-	5	1:02	1.38	6:46	4:54	1	-	5	1:02
Tour 2	2.34	12:33	5:21	1	-	4	1:46	3.72	19:19	5:11	1	-	4	2:48	3.72	19:19	5:11	1	-	4	2:48	3.72	19:19	5:11	1	-	4	2:48
Dernier temps Zi	1.28	7:01	5:28	1	-	5	0:50	5.00	26:20	5:15	1	-	4	3:38	5.00	26:20	5:15	1	-	4	3:38	5.00	26:20	5:15	1	-	4	3:38