



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## Exploitation détaillée

Hänsngen, Katrin

Association: TSG Ruhla/WSC 07

Dossard: 81

Circuit: 5.00 km

5-km-Lauf

Catégorie:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

Temps total: 31:32

Vitesse: 9.51 km/h

Kilométrage: 6:19 min/km

Place par parcours/Total: 28 (de 30)

Place par parcours/Femmes: 9 (de 10)

Meilleur temps dans le parcours: 22:42

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 31:32

### 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	8:22	6:03	1	-	8	2:38	1.38	8:22	6:03	1	-	8	2:38	1.38	8:22	6:03	1	-	8	2:38	1.38	8:22	6:03	1	-	8	2:38
Tour 2	2.34	15:01	6:25	1	-	9	4:14	3.72	23:23	6:17	1	-	8	6:52	2.34	15:01	6:25	1	-	9	4:14	2.34	15:01	6:25	1	-	9	4:14
Dernier temps Zi	1.28	8:09	6:22	1	-	8	1:58	5.00	31:32	6:18	1	-	9	8:50	1.28	8:09	6:22	1	-	8	1:58	1.28	8:09	6:22	1	-	8	1:58