



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Exploitation détaillée

Tittelbach-Helmrich, Uta

Association: Alkersleben

Dossard: 191

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 50:41

Vitesse: 11.84 km/h

Kilométrage: 5:04 min/km

Place par parcours/Total: 35 (de 68)

Place par parcours/Femmes: 5 (de 16)

Meilleur temps dans le parcours: 44:28

Place par catégorie: 2(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 47:32

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 | 1.67 | 7:39 | 4:34 | 2 | 0:25 | 7 | 1:09 | 1.67 | 7:39 | 4:34 | 2 | 0:25 | 7 | 1:09 |
| Tour 2 | 2.35 | 12:14 | 5:12 | 2 | 1:04 | 7 | 1:57 | 4.02 | 19:53 | 4:56 | 2 | 1:29 | 7 | 3:06 |
| Tour 3 | 2.35 | 12:15 | 5:12 | 2 | 0:51 | 6 | 1:44 | 6.37 | 32:08 | 5:02 | 2 | 2:20 | 7 | 4:50 |
| Tour 4 | 2.35 | 12:09 | 5:10 | 2 | 0:43 | 4 | 1:04 | 8.72 | 44:17 | 5:04 | 2 | 3:03 | 7 | 5:54 |
| Dernier temps Zi | 1.28 | 6:24 | 5:00 | 2 | 0:06 | 3 | 0:19 | 10.00 | 50:41 | 5:04 | 2 | 3:09 | 5 | 6:13 |