



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## Exploitation détaillée

**Erdmann, Stephanie**

Association: Lok ARN

Dossard: 22

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Temps total: 50:43

Vitesse: 11.83 km/h

Kilométrage: 5:04 min/km

Place par parcours/Total: 36 (de 68)

Place par parcours/Femmes: 6 (de 16)

Meilleur temps dans le parcours: 44:28

Place par catégorie: 3(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 44:28

### 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	7:26	4:27	3	0:56	6	0:56	1.67	7:26	4:27	3	0:56	6	0:56
Tour 2	2.35	11:59	5:05	3	1:42	6	1:42	4.02	19:25	4:49	3	2:38	6	2:38
Tour 3	2.35	12:16	5:13	3	1:45	7	1:45	6.37	31:41	4:58	3	4:23	6	4:23
Tour 4	2.35	12:21	5:15	3	1:16	5	1:16	8.72	44:02	5:02	3	5:39	6	5:39
Dernier temps Zi	1.28	6:41	5:13	3	0:36	5	0:36	10.00	50:43	5:04	3	6:15	6	6:15