



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## Exploitation détaillée

**Hildebrandt, Elke**

Association: Dream Team Ilmenau

Dossard: 167

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

Temps total: 50:54

Vitesse: 11.79 km/h

Kilométrage: 5:05 min/km

Place par parcours/Total: 37 (de 68)

Place par parcours/Femmes: 7 (de 16)

Meilleur temps dans le parcours: 44:28

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 50:54

### 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	1.67	7:23	4:25	1	-	5	0:53	1.67	7:23	4:25	1	-	5	0:53	1.67	7:23	4:25	1	-	5	0:53	1.67	7:23	4:25	1	-	5	0:53
Tour 2	2.35	11:53	5:03	1	-	4	1:36	4.02	19:16	4:47	1	-	5	2:29	4.02	19:16	4:47	1	-	5	2:29	4.02	19:16	4:47	1	-	5	2:29
Tour 3	2.35	12:11	5:11	1	-	4	1:40	6.37	31:27	4:56	1	-	5	4:09	6.37	31:27	4:56	1	-	5	4:09	6.37	31:27	4:56	1	-	5	4:09
Tour 4	2.35	12:29	5:18	1	-	7	1:24	8.72	43:56	5:02	1	-	5	5:33	8.72	43:56	5:02	1	-	5	5:33	8.72	43:56	5:02	1	-	5	5:33
Dernier temps Zi	1.28	6:58	5:26	1	-	8	0:53	10.00	50:54	5:05	1	-	7	6:26	10.00	50:54	5:05	1	-	7	6:26	10.00	50:54	5:05	1	-	7	6:26