



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

Exploitation détaillée

Aileen Selig

Association: Trailrunning-Crew Thüringen

Dossard: 242

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf (A-B-C Cup)

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-44) L

Temps total: 55:21

Vitesse: 10.84 km/h

Kilométrage: 5:32 min/km

Place par parcours/Total: 39 (de 67)

Place par parcours/Femmes: 10 (de 25)

Meilleur temps dans le parcours: 41:41

Place par catégorie: 4(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 45:08

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Place		Retard	Total		Place	Retard	Place		Retard
	km	Temps			catg.	catg.		Femme	Femmes			km	Temps	
Hammerecke	1.67	8:27	5:03	4	1:22	10	1:36	1.67	8:27	5:03	4	1:22	10	1:36
Hammerecke	2.35	12:40	5:23	4	2:14	9	2:51	4.02	21:07	5:15	4	3:36	10	4:27
Poste	2.35	13:22	5:41	4	2:39	11	3:31	6.37	34:29	5:24	4	6:15	10	7:58
Poste	2.35	13:39	5:48	4	2:46	13	3:54	8.72	48:08	5:31	4	9:01	10	11:52
Ziel	1.28	7:13	5:38	4	1:12	10	1:48	10.00	55:21	5:32	4	10:13	10	13:40