



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

Exploitation détaillée

Ingrid Pahn

Association: ZahnPAHN.de

Dossard: 261

Circuit: 10.00 km

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

Catégorie:

Seniorinnen W60 (60-64) L

Temps total: 57:05

Vitesse: 10.51 km/h

Kilométrage: 5:42 min/km

Place par parcours/Total: 46 (de 67)

Place par parcours/Femmes: 14 (de 25)

Meilleur temps dans le parcours: 41:41

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 57:05

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	
Hammerecke	1.67	8:54	5:19	1	-	18	2:03	1.67	8:54	5:19	1	-	18	2:03	1.67	8:54	5:19	1	-	18	2:03	1	-	18	2:03	1	-	18	2:03
Hammerecke	2.35	13:27	5:43	1	-	16	3:38	4.02	22:21	5:33	1	-	18	5:41	4.02	22:21	5:33	1	-	18	5:41	1	-	18	5:41	1	-	18	5:41
Poste	2.35	13:46	5:51	1	-	16	3:55	6.37	36:07	5:40	1	-	18	9:36	6.37	36:07	5:40	1	-	18	9:36	1	-	18	9:36	1	-	18	9:36
Poste	2.35	13:49	5:52	1	-	14	4:04	8.72	49:56	5:43	1	-	17	13:40	8.72	49:56	5:43	1	-	17	13:40	1	-	17	13:40	1	-	17	13:40
Ziel	1.28	7:09	5:35	1	-	9	1:44	10.00	57:05	5:42	1	-	14	15:24	10.00	57:05	5:42	1	-	14	15:24	1	-	14	15:24	1	-	14	15:24