



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## evaluación detallada

**Raab, Katrin**

Asociación: LSV Lok Arnstadt

Dorsal: 357

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Frauen W20

tiempo total: 55:01

velocidad: 10.91 km/h

rendimiento en carrera: 5:30 min/km

posición en el recorrido/Total: 133 (de 153)

posición en el recorrido/Women: 16 (de 24)

mejor tiempo del recorrido: 42:26

posición en la categoría: 6(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 42:26

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
vuelta 1	1.29	6:20	4:54	5	1:47	14	1:47	1.29	6:20	4:54	4	0:01	9	
vuelta 2	2,075.00	11:15	0:00	5	5:15	17	5:15	2,076.29	17:35	0:00	4	0:35	9	0:12
vuelta 3	2,075.00	11:38	0:00	6	1:38	18	2:02	4,151.29	29:13	0:00	4	1:24	9	0:38
vuelta 4	2,075.00	12:12	0:00	7	4:12	22	4:12	6,226.29	41:25	0:00	4	2:24	9	1:50
vuelta 5	2,075.00	11:20	0:00	4	6:20	14	10:02	8,301.29	52:45	0:00	4	2:16	9	2:01
última vuelta me	411.00	2:16	0:00	3	0:18	13	1:16	10.00	55:01	5:30	6	12:35	17	13:06