



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Raab, Marina

Asociación: LSV Lok Arnstadt

Dorsal: 340

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Frauen W50

tiempo total: 55:16

velocidad: 10.86 km/h

rendimiento en carrera: 5:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 134 (de 153)

posición en el recorrido/Women: 17 (de 24)

mejor tiempo del recorrido: 42:26

posición en la categoría: 3(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 45:09

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	6:38	5:08	3	1:01	17	2:05	1.29	6:38	5:08	2	0:33	21	0:13
vuelta 2	2,075.00	10:58	0:00	3	1:30	12	4:58	2,076.29	17:36	0:00	2	1:42	21	0:13
vuelta 3	2,075.00	11:23	0:00	3	1:47	15	1:47	4,151.29	28:59	0:00	2	3:03	21	0:24
vuelta 4	2,075.00	11:57	0:00	3	2:36	19	3:57	6,226.29	40:56	0:00	2	4:28	21	1:21
vuelta 5	2,075.00	11:57	0:00	3	2:42	19	10:39	8,301.29	52:53	0:00	2	5:48	21	2:09
última vuelta me	411.00	2:23	0:00	3	0:31	19	1:23	10.00	55:16	5:31	3	10:07	18	13:21