



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Gruner, Birgit

Asociación: TSV Germania 1887 Neustadt e.V.

Dorsal: 306

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Frauen W55

tiempo total: 46:54

velocidad: 12.79 km/h

rendimiento en carrera: 4:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 86 (de 153)

posición en el recorrido/Women: 4 (de 24)

mejor tiempo del recorrido: 42:26

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 46:54

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapa				Total		Total		Total		Total	
	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso
			Wome	Women	Wome	Women				Wome	Women	Wome	Women	
vuelta 1	1.29	5:35	4:19	1	-	2	1:02	1.29	5:35	4:19	1	-	24	
vuelta 2	2,075.00	9:25	0:00	1	-	2	3:25	2,076.29	15:00	0:00	1	-	24	
vuelta 3	2,075.00	9:42	0:00	1	-	2	0:06	4,151.29	24:42	0:00	1	-	24	
vuelta 4	2,075.00	10:00	0:00	1	-	5	2:00	6,226.29	34:42	0:00	1	-	24	
vuelta 5	2,075.00	10:09	0:00	1	-	6	8:51	8,301.29	44:51	0:00	1	-	24	
última vuelta me	411.00	2:03	0:00	1	-	7	1:03	10.00	46:54	4:41	1	-	5	4:59