



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

evaluación detallada

Wenzlaff, Martina

Asociación: Evangelische Kindertagesstätte
Dorsal: 385

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:08:52

velocidad: 8.71 km/h

rendimiento en carrera: 06:53 min/km

posición en el recorrido/Total: 77 (de 93)

posición en el recorrido/Women: 13 (de 14)

mejor tiempo del recorrido: 42:24

posición en la categoría: 2(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 1:05:59

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	posición Women	retraso Women	posición Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Women	posición Women	
vuelta 1	1.29	8:22	6:29	2	0:50	13	3:25	1.29	8:22	6:29	2	0:50	12	3:25
vuelta 2	2.08	13:41	6:34	2	0:44	12	5:12	3.37	22:03	6:32	2	1:34	12	8:37
vuelta 3	2.08	14:03	6:45	2	0:23	12	5:10	5.45	36:06	6:37	2	1:57	12	13:47
vuelta 4	2.08	14:41	7:03	2	0:15	11	5:38	7.53	50:47	6:44	2	2:12	12	19:25
vuelta 5	2.08	15:24	7:24	2	0:49	12	6:14	9.61	1:06:11	6:53	2	3:01	11	25:39
última vuelta me	0.41	2:41	6:32	1	-	9	0:49	10.00	1:08:52	6:53	2	2:53	13	26:28