



# 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

## evaluación detallada

**Bärwolf, Silvia**

Asociación: Lauftreff Breitung  
Dorsal: 330

recorrido: 10.00 km  
Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:  
Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 47:02

velocidad: 12.76 km/h  
rendimiento en carrera: 4:42 min/km

posición en el recorrido/Total: 48 (de 104)  
posición en el recorrido/Women: 2 (de 19)  
mejor tiempo del recorrido: 45:35

posición en la categoría: 1 (de 3)  
mejor tiempo en la categoría: 47:02

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa		etapa				stage score		Total		Total score			
	km	tiempo	min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	km	tiempo	min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
vuelta 1	1.70	7:37	4:28	2	0:01	7	0:38	1.70	7:37	4:28	1	-	11	0:21
vuelta 2	2.34	11:08	4:45	1	-	3	0:22	4.04	18:45	4:38	1	-	18	
vuelta 3	2.34	11:09	4:45	1	-	3	0:18	6.38	29:54	4:41	1	-	18	
vuelta 4	2.34	11:09	4:45	1	-	2	0:12	8.72	41:03	4:42	1	-	18	
última vuelta Zie	1.28	5:59	4:40	1	-	2	0:14	10.00	47:02	4:42	1	-	2	1:27