



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

evaluación detallada

Nehrig, Marita

Asociación: KS-Sportsworld

Dorsal: 377

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:02:34

velocidad: 9.59 km/h

rendimiento en carrera: 6:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 99 (de 104)

posición en el recorrido/Women: 17 (de 19)

mejor tiempo del recorrido: 45:35

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 1:02:34

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	
vuelta 1	1.70	9:47	5:45	1	-	16	2:48	1.70	9:47	5:45	1	-	3	2:31
vuelta 2	2.34	14:38	6:15	1	-	17	3:52	4.04	24:25	6:02	1	-	3	5:38
vuelta 3	2.34	14:55	6:22	1	-	17	4:04	6.38	39:20	6:09	1	-	3	8:16
vuelta 4	2.34	14:58	6:23	1	-	17	4:01	8.72	54:18	6:13	1	-	3	10:32
última vuelta Zie	1.28	8:16	6:27	1	-	17	2:31	10.00	1:02:34	6:15	1	-	18	16:59