



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

evaluación detallada

ernst, beate

Asociación: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz

Dorsal: 175

recorrido: 5.00 km

5-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 22:07

velocidad: 13.56 km/h

rendimiento en carrera: 4:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 16 (de 50)

posición en el recorrido/Women: 5 (de 23)

mejor tiempo del recorrido: 19:52

posición en la categoría: 1(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 22:07

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score					
				retraso categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categoría	retraso categoría	posició Women
vuelta 1	1.39	5:27	3:55	1	-	5	0:11	1.39	5:27	3:55	1	-	20
vuelta 2	2.35	10:40	4:32	1	-	5	1:12	3.74	16:07	4:18	1	-	20
última vuelta Zie	1.30	6:00	4:36	1	-	5	0:52	5.00	22:07	4:25	1	-	5 2:15