



## 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

### evaluación detallada

#### Kriese-Hein, Manuela

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Dorsal: 166

recorrido: 5.00 km  
5-km-Lauf

categoría:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 29:46

velocidad: 10.08 km/h  
rendimiento en carrera: 5:57 min/km

posición en el recorrido/Total: 39 (de 50)  
posición en el recorrido/Women: 14 (de 23)  
mejor tiempo del recorrido: 19:52

posición en la categoría: 1(de 1)  
mejor tiempo en la categoría: 29:46

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

| control           | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | stage score           |                      |                   |                  | Total score |                 |                 |                       |                      |                   |                  |
|-------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------------|-------------------|------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------------|-------------------|------------------|
|                   |             |                 |                 | posición<br>categoría | retraso<br>categoría | posición<br>Women | retraso<br>Women | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>categoría | posición<br>Women | retraso<br>Women |
| vuelta 1          | 1.39        | 7:58            | 5:43            | 1                     | -                    | 16                | 2:42             | 1.39        | 7:58            | 5:43            | 1                     | -                    | 11                | 0:16             |
| vuelta 2          | 2.35        | 13:59           | 5:57            | 1                     | -                    | 15                | 4:31             | 3.74        | 21:57           | 5:52            | 1                     | -                    | 11                | 0:34             |
| última vuelta Zie | 1.30        | 7:49            | 6:00            | 1                     | -                    | 16                | 2:41             | 5.00        | 29:46           | 5:57            | 1                     | -                    | 14                | 9:54             |