



# 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

## evaluación detallada

**Köhler, Ljuba**

Asociación: LSV Lok Arnstadt

Dorsal: 238

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 50:00

velocidad: 12.00 km/h

rendimiento en carrera: 5:00 min/km

posición en el recorrido/Total: 55 (de 103)

posición en el recorrido/Women: 6 (de 23)

mejor tiempo del recorrido: 44:00

posición en la categoría: 1(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 50:00

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score					
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women
vuelta 1	1.70	7:53	4:38	1	-	7	1:09	1.70	7:53	4:38	1	-	18
vuelta 2	2.34	11:35	4:57	1	-	7	1:16	4.04	19:28	4:49	1	-	19
vuelta 3	2.34	11:46	5:01	1	-	5	1:25	6.38	31:14	4:53	1	-	19
vuelta 4	2.34	11:57	5:06	1	-	4	1:24	8.72	43:11	4:57	1	-	19
última vuelta Ziel	1.30	6:49	5:14	1	-	7	1:12	10.00	50:00	5:00	1	-	6 6:00