



## 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

### evaluación detallada

Ihling, Carmen

Asociación: KS Sportsworld

Dorsal: 291

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 51:45

velocidad: 11.59 km/h

rendimiento en carrera: 5:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 67 (de 103)

posición en el recorrido/Women: 8 (de 23)

mejor tiempo del recorrido: 44:00

posición en la categoría: 2(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	11:45	5:01	2	0:10	8	1:26	4.04	19:38	4:51	2	0:10	18
vuelta 3	2.34	12:25	5:18	2	0:39	8	2:04	6.38	32:03	5:01	2	0:49	18
vuelta 4	2.34	12:30	5:20	2	0:33	8	1:57	8.72	44:33	5:06	2	1:22	18
última vuelta Zie	1.30	7:12	5:32	2	0:23	8	1:35	10.00	51:45	5:10	2	1:45	8 7:45