



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Herzberg, Andrea

Asociación: Alteburg Lauftreff Arnstadt

Dorsal: 307

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 56:02

velocidad: 10.71 km/h

rendimiento en carrera: 5:36 min/km

posición en el recorrido/Total: 80 (de 103)

posición en el recorrido/Women: 13 (de 23)

mejor tiempo del recorrido: 44:00

posición en la categoría: 4(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 50:00

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	retraso Women
vuelta 1	1.70	8:10	4:48	3	0:17	9	1:26	1.70	8:10	4:48	4	0:17	11	
vuelta 2	2.34	12:57	5:32	4	1:22	12	2:38	4.04	21:07	5:13	4	1:39	11	
vuelta 3	2.34	13:19	5:41	4	1:33	11	2:58	6.38	34:26	5:23	4	3:12	11	
vuelta 4	2.34	14:04	6:00	4	2:07	15	3:31	8.72	48:30	5:33	4	5:19	11	0:10
última vuelta Zie	1.30	7:32	5:47	4	0:43	12	1:55	10.00	56:02	5:36	4	6:02	13	12:02