



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

evaluación detallada

Baerwolf, Silvia

Asociación: Lauftreff Breitunggen

Dorsal: 287

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 49:28

velocidad: 12.13 km/h

rendimiento en carrera: 4:57 min/km

posición en el recorrido/Total: 49 (de 84)

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

mejor tiempo del recorrido: 41:13

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 49:28

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	retraso Women
vuelta 1	1.67	8:00	4:47	1	-	9	1:28	1.67	8:00	4:47	1	-	9	1:28
vuelta 2	2.35	11:55	5:04	1	-	8	2:19	4.02	19:55	4:57	1	-	8	3:47
vuelta 3	2.35	11:51	5:02	1	-	5	1:57	6.37	31:46	4:59	1	-	8	5:44
vuelta 4	2.35	11:35	4:55	1	-	4	1:46	8.72	43:21	4:58	1	-	6	7:30
última vuelta Zie	1.28	6:07	4:46	1	-	3	0:47	10.00	49:28	4:56	1	-	6	8:15