



# 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

## evaluación detallada

Schärf, Rita

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 231

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 53:43

velocidad: 11.17 km/h

rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 67 (de 84)

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

mejor tiempo del recorrido: 41:13

posición en la categoría: 2(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 48:02

## 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	1.67	8:31	5:05	3	0:56	16	1:59	1.67	8:31	5:05	3	0:56	16	1:59
vuelta 2	2.35	12:32	5:19	2	1:21	14	2:56	4.02	21:03	5:14	3	2:17	16	4:55
vuelta 3	2.35	12:52	5:28	2	1:19	12	2:58	6.37	33:55	5:19	2	3:36	14	7:53
vuelta 4	2.35	12:50	5:27	2	1:19	11	3:01	8.72	46:45	5:21	2	4:55	13	10:54
última vuelta Zie	1.28	6:58	5:26	2	0:46	13	1:38	10.00	53:43	5:22	2	5:41	13	12:30