



## 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

### evaluación detallada

**Kremzow, Heidi**

Asociación: Treiser LWT

Dorsal: 243

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W60 (60-64 Jahre)

tiempo total: 1:03:10

velocidad: 9.50 km/h

rendimiento en carrera: 6:19 min/km

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

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

mejor tiempo del recorrido: 41:13

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 1:03:10

### 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	9:45	5:50	1	-	22	3:13	1.67	9:45	5:50	1	-	22	3:13
vuelta 2	2.35	14:32	6:11	1	-	23	4:56	4.02	24:17	6:02	1	-	23	8:09
vuelta 3	2.35	15:09	6:26	1	-	23	5:15	6.37	39:26	6:11	1	-	23	13:24
vuelta 4	2.35	15:26	6:34	1	-	23	5:37	8.72	54:52	6:17	1	-	23	19:01
última vuelta Ziel	1.28	8:18	6:29	1	-	23	2:58	10.00	1:03:10	6:18	1	-	23	21:57