



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

evaluación detallada

Ihling, Carmen

Asociación: KS Sportsworld

Dorsal: 299

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 56:48

velocidad: 10.56 km/h

rendimiento en carrera: 5:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 62 (de 96)

posición en el recorrido/Women: 11 (de 34)

mejor tiempo del recorrido: 39:56

posición en la categoría: 2(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 53:18

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	8:51	5:17	2	0:43	15	2:46	1.67	8:51	5:17	2	0:43	15	2:46
vuelta 2	2.35	13:14	5:37	2	0:37	12	4:02	4.02	22:05	5:29	2	1:20	14	6:48
vuelta 3	2.35	13:17	5:39	2	0:47	10	3:48	6.37	35:22	5:33	2	2:07	14	10:36
vuelta 4	2.35	13:41	5:49	2	0:46	12	3:55	8.72	49:03	5:37	2	2:53	11	14:31
última vuelta Zie	1.28	7:45	6:03	2	0:37	17	2:21	10.00	56:48	5:40	2	3:30	11	16:52