



# 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

## evaluación detallada

**Freitag, Carolin**

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt

Dorsal: 9

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 55:02

velocidad: 10.90 km/h

rendimiento en carrera: 5:30 min/km

posición en el recorrido/Total: 52 (de 72)

posición en el recorrido/Women: 5 (de 15)

mejor tiempo del recorrido: 43:03

posición en la categoría: 1(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 55:02

### 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 posició min/km	retraso categoría	posició Women	retraso Women	
vuelta 1	1.67	8:44	5:13	1	-	9	1:49	1.67	8:44	5:13	1	-	9	1:49
vuelta 2	2.35	13:09	5:35	1	-	8	2:54	4.02	21:53	5:26	1	-	9	4:43
vuelta 3	2.35	13:04	5:33	1	-	5	2:52	6.37	34:57	5:29	1	-	8	7:35
vuelta 4	2.35	12:56	5:30	1	-	5	2:44	8.72	47:53	5:29	1	-	6	10:19
última vuelta Zie	1.28	7:09	5:35	1	-	6	1:40	10.00	55:02	5:30	1	-	5	11:59