



# 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

## evaluación detallada

**Heinz, Katrin**

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 54

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 55:06

velocidad: 10.89 km/h

rendimiento en carrera: 5:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 55 (de 72)

posición en el recorrido/Women: 8 (de 15)

mejor tiempo del recorrido: 43:03

posición en la categoría: 4(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 47:01

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women
vuelta 1	1.67	8:31	5:05	4	1:21	7	1:36	1.67	8:31	5:05	4	1:21	7	1:36
vuelta 2	2.35	12:57	5:30	4	1:53	5	2:42	4.02	21:28	5:20	4	3:14	7	4:18
vuelta 3	2.35	13:07	5:34	4	1:59	6	2:55	6.37	34:35	5:25	4	5:11	6	7:13
vuelta 4	2.35	13:21	5:40	4	2:03	7	3:09	8.72	47:56	5:29	4	7:14	7	10:22
última vuelta Zie	1.28	7:10	5:35	4	0:51	7	1:41	10.00	55:06	5:30	4	8:05	8	12:03