



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

evaluación detallada

Tittelbach-Helmrich, Uta

Asociación: Alkersleben

Dorsal: 349

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 52:56

velocidad: 11.34 km/h

rendimiento en carrera: 5:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 42 (de 66)

posición en el recorrido/Women: 8 (de 18)

mejor tiempo del recorrido: 41:08

posición en la categoría: 3(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 51:50

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	posició Women	retraso Women	posició Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women
vuelta 1	1.67	8:20	4:59	2	0:19	8	1:41	1.67	8:20	4:59	2	0:19	8	1:41
vuelta 2	2.35	12:32	5:19	3	0:38	8	2:59	4.02	20:52	5:11	2	0:57	7	4:40
vuelta 3	2.35	12:34	5:20	3	0:21	8	2:49	6.37	33:26	5:14	3	1:10	8	7:29
vuelta 4	2.35	12:37	5:22	3	0:20	8	2:48	8.72	46:03	5:16	3	1:11	8	10:17
última vuelta Zie	1.28	6:53	5:22	2	0:18	6	1:31	10.00	52:56	5:17	3	1:06	8	11:48