



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

evaluación detallada

Helmich, Helene

Asociación: LSV Lok Arnstadt

Dorsal: 165

recorrido: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

categoría:

weibliche Jugend U14 (12-13 Jahre)

tiempo total: 15:13

velocidad: 11.83 km/h

rendimiento en carrera: 5:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 19 (de 30)

posición en el recorrido/Women: 6 (de 16)

mejor tiempo del recorrido: 11:14

posición en la categoría: 3(de 5)

mejor tiempo en la categoría: 13:28

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	1.72	8:37	5:00	3	1:00	9	2:17	1.72	8:37	5:00	3	1:00	9	2:17
última vuelta Zie	1.28	6:36	5:09	2	0:45	5	1:42	3.00	15:13	5:04	3	1:45	6	3:59