



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

## evaluación detallada

**Erdmann, Helena**

Asociación: LSV Lok Arnstadt

Dorsal: 164

recorrido: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

categoría:

weibliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

tiempo total: 15:32

velocidad: 11.59 km/h

rendimiento en carrera: 5:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 23 (de 30)

posición en el recorrido/Women: 10 (de 16)

mejor tiempo del recorrido: 11:14

posición en la categoría: 1(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 15:32

## 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 min/km	posició categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women
vuelta 1	1.72	8:30	4:56	1	-	7	2:10	1.72	8:30	4:56	1	-	7	2:10
última vuelta Zie	1.28	7:02	5:29	1	-	11	2:08	3.00	15:32	5:10	1	-	10	4:18