



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

evaluación detallada

Jacob, Catrin

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 330

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 47:29

velocidad: 12.64 km/h

rendimiento en carrera: 4:45 min/km

posición en el recorrido/Total: 22 (de 66)

posición en el recorrido/Women: 2 (de 18)

mejor tiempo del recorrido: 41:08

posición en la categoría: 1(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 47:29

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
vuelta 1	1.67	7:18	4:22	1	-	2	0:39	1.67	7:18	4:22	1	-	2	0:39
vuelta 2	2.35	11:00	4:40	1	-	2	1:27	4.02	18:18	4:33	1	-	2	2:06
vuelta 3	2.35	11:13	4:46	1	-	2	1:28	6.37	29:31	4:38	1	-	2	3:34
vuelta 4	2.35	11:41	4:58	1	-	3	1:52	8.72	41:12	4:43	1	-	2	5:26
última vuelta Zie	1.28	6:17	4:54	1	-	3	0:55	10.00	47:29	4:44	1	-	2	6:21