



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## evaluación detallada

**Bogen, Ines**

Asociación: Lauftreff Alteburg

Dorsal: 104

recorrido: 5.00 km

5-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 26:20

velocidad: 11.39 km/h

rendimiento en carrera: 5:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 15 (de 30)

posición en el recorrido/Women: 4 (de 10)

mejor tiempo del recorrido: 22:42

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 26:20

## 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	1.38	6:46	4:54	1	-	5	1:02	1.38	6:46	4:54	1	-	5	1:02
vuelta 2	2.34	12:33	5:21	1	-	4	1:46	3.72	19:19	5:11	1	-	4	2:48
última vuelta Zie	1.28	7:01	5:28	1	-	5	0:50	5.00	26:20	5:15	1	-	4	3:38