



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

evaluación detallada

Hildebrandt, Elke

Asociación: Dream Team Ilmenau

Dorsal: 167

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 50:54

velocidad: 11.79 km/h

rendimiento en carrera: 5:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 37 (de 68)

posición en el recorrido/Women: 7 (de 16)

mejor tiempo del recorrido: 44:28

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 50:54

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	1.67	7:23	4:25	1	-	5	0:53	1.67	7:23	4:25	1	-	5	0:53
vuelta 2	2.35	11:53	5:03	1	-	4	1:36	4.02	19:16	4:47	1	-	5	2:29
vuelta 3	2.35	12:11	5:11	1	-	4	1:40	6.37	31:27	4:56	1	-	5	4:09
vuelta 4	2.35	12:29	5:18	1	-	7	1:24	8.72	43:56	5:02	1	-	5	5:33
última vuelta Zie	1.28	6:58	5:26	1	-	8	0:53	10.00	50:54	5:05	1	-	7	6:26