



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## evaluación detallada

**Lipfert, Kai-Uwe**

Asociación: Saalfelder LV

Dorsal: 408

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 50:12

velocidad: 11.95 km/h

rendimiento en carrera: 5:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 107 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 101 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 17(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 36:22

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	1.29	6:14	4:49	17	5:07	107	5:07	1.29	6:14	4:49	3	2:41	108	1:41
vuelta 2	2,075.00	10:21	0:00	16	7:32	105	7:32	2,076.29	16:35	0:00	3	9:02	108	6:02
vuelta 3	2,075.00	10:28	0:00	16	7:28	106	7:28	4,151.29	27:03	0:00	3	16:30	108	9:30
vuelta 4	2,075.00	10:38	0:00	18	3:38	102	10:10	6,226.29	37:41	0:00	3	20:08	108	13:08
vuelta 5	2,075.00	10:32	0:00	16	4:32	95	6:32	8,301.29	48:13	0:00	3	20:40	106	11:40
última vuelta me	411.00	1:59	0:00	12	0:16	76	0:40	10.00	50:12	5:01	17	13:50	101	18:42