



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Rainer, Hermann

Asociación: SV Thuringia Königsee

Dorsal: 418

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M65

tiempo total: 50:20

velocidad: 11.92 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 109 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 103 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 1(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 50:20

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	posición categoría	retraso Men	posición Men					
vuelta 1	1.29	6:04	4:42	1	-	100	4:57	1.29	6:04	4:42	2	109	1:31	
vuelta 2	2,075.00	10:13	0:00	1	-	103	7:24	2,076.29	16:17	0:00	2	109	5:44	
vuelta 3	2,075.00	10:22	0:00	1	-	103	7:22	4,151.29	26:39	0:00	2	109	9:06	
vuelta 4	2,075.00	10:39	0:00	1	-	103	10:11	6,226.29	37:18	0:00	2	109	12:45	
vuelta 5	2,075.00	10:54	0:00	1	-	103	6:54	8,301.29	48:12	0:00	2	107	11:39	
última vuelta me	411.00	2:08	0:00	1	-	96	0:49	10.00	50:20	5:01	1	-	103	18:50