



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Rückert, Uwe

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 402

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M40

tiempo total: 50:52

velocidad: 11.80 km/h

rendimiento en carrera: 5:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 113 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 105 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 10(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 41:02

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	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	5:57	4:36	9	1:06	94	4:50	10	0:06	111	1:24	10	0:06	111
vuelta 2	2,075.00	10:00	0:00	9	4:00	99	7:11	10	0:07	111	5:24	10	0:07	111
vuelta 3	2,075.00	10:41	0:00	10	2:38	112	7:41	10	0:45	111	9:05	10	0:45	111
vuelta 4	2,075.00	11:00	0:00	10	3:00	108	10:32	10	0:26	15	13:05	10	0:26	15
vuelta 5	2,075.00	11:10	0:00	10	2:34	105	7:10	10		109	12:15	10		109
última vuelta me	411.00	2:04	0:00	7	0:26	83	0:45	10	9:50	105	19:22	10	9:50	105