



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Ellerkamm, Jürgen

Asociación: SV Kyffhäuser

Dorsal: 355

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M70

tiempo total: 51:29

velocidad: 11.65 km/h

rendimiento en carrera: 5:09 min/km

posición en el recorrido/Total: 115 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 107 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 3(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 44:18

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapa		etapa		retraso		Total		Total		Total		retraso	
	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	Men	Men
vuelta 1	1.29	6:29	5:01	4	1:56	111	5:22	1.29	6:29	5:01	4	1:56	112	1:56		
vuelta 2	2,075.00	10:32	0:00	4	4:32	111	7:43	2,076.29	17:01	0:00	4	6:28	112	6:28		
vuelta 3	2,075.00	10:37	0:00	4	3:37	110	7:37	4,151.29	27:38	0:00	4	10:05	112	10:05		
vuelta 4	2,075.00	10:44	0:00	4	3:44	105	10:16	6,226.29	38:22	0:00	4	13:49	112	13:49		
vuelta 5	2,075.00	10:51	0:00	3	1:06	102	6:51	8,301.29	49:13	0:00	4	12:40	110	12:40		
última vuelta me	411.00	2:16	0:00	2	0:10	101	0:57	10.00	51:29	5:08	3	7:11	107	19:59		