



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Wahl, Immo

Asociación: Sportfreunde Thüringer Wald
Dorsal: 436

recorrido: 10.00 km
Köstritzer Lauf

categoría:
Männer M30

tiempo total: 51:35

velocidad: 11.63 km/h
rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 116 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 108 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 15(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 33:15

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
vuelta 1	1.29	6:21	4:55	15	2:13	110	5:14	1.29	6:21	4:55	5	1:06	113	1:48
vuelta 2	2,075.00	10:49	0:00	16	3:52	114	8:00	2,076.29	17:10	0:00	5	2:52	113	6:37
vuelta 3	2,075.00	10:40	0:00	16	3:42	111	7:40	4,151.29	27:50	0:00	5	4:24	113	10:17
vuelta 4	2,075.00	10:40	0:00	13	3:48	104	10:12	6,226.29	38:30	0:00	5	5:44	113	13:57
vuelta 5	2,075.00	11:12	0:00	14	4:20	106	7:12	8,301.29	49:42	0:00	4	7:52	111	13:09
última vuelta me	411.00	1:53	0:00	10	0:25	59	0:34	10.00	51:35	5:09	15	18:20	108	20:05