



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Böttner, Roland

Asociación: Karateverein Arnstadt

Dorsal: 403

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M55

tiempo total: 54:09

velocidad: 11.08 km/h

rendimiento en carrera: 5:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 130 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 117 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 10(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 38:34

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	6:42	5:11	10	2:02	114	5:35	11	2:01	116	2:09	11	2:01	116	2:09
vuelta 2	2,075.00	10:31	0:00	9	2:41	109	7:42	11	4:42	114	6:40	11	4:42	114	6:40
vuelta 3	2,075.00	10:43	0:00	9	2:37	114	7:43	11	7:19	119	10:23	11	7:19	119	10:23
vuelta 4	2,075.00	11:49	0:00	10	3:43	116	11:21	11	11:02	119	15:12	11	11:02	119	15:12
vuelta 5	2,075.00	12:09	0:00	10	4:00	116	8:09	11	15:02	117	15:21	11	15:02	117	15:21
última vuelta me	411.00	2:15	0:00	9	0:34	100	0:56	10	15:35	117	22:39	10	15:35	117	22:39