



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Müller, Fredi

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt

Dorsal: 376

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M30

tiempo total: 56:01

velocidad: 10.71 km/h

rendimiento en carrera: 5:36 min/km

posición en el recorrido/Total: 138 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 119 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 17(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 33:15

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total			Total				
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	1.29	6:44	5:13	16	2:36	117	5:37	1.29	6:44	5:13	3	1:29	106	2:11
vuelta 2	2,075.00	10:52	0:00	17	3:55	115	8:03	2,076.29	17:36	0:00	3	3:18	120	7:03
vuelta 3	2,075.00	11:57	0:00	17	4:59	120	8:57	4,151.29	29:33	0:00	3	6:07	120	12:00
vuelta 4	2,075.00	12:27	0:00	17	5:35	119	11:59	6,226.29	42:00	0:00	3	9:14	120	17:27
vuelta 5	2,075.00	11:54	0:00	17	5:02	114	7:54	8,301.29	53:54	0:00	3	12:04	118	17:21
última vuelta me	411.00	2:07	0:00	16	0:39	95	0:48	10.00	56:01	5:36	17	22:46	119	24:31