



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Fleischer, Stephan

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt
Dorsal: 323

recorrido: 10.00 km
Köstritzer Lauf

categoría:
Männer M30

tiempo total: 51:16

velocidad: 11.70 km/h
rendimiento en carrera: 5:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 114 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 106 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 14(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 km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	
				posición	categoría	Men				posición	categoría	Men		
vuelta 1	1.29	6:10	4:46	13	2:02	104	5:03	1.29	6:10	4:46	10	0:55	15	1:37
vuelta 2	2,075.00	10:09	0:00	13	3:12	102	7:20	2,076.29	16:19	0:00	10	2:01	15	5:46
vuelta 3	2,075.00	10:25	0:00	14	3:27	104	7:25	4,151.29	26:44	0:00	10	3:18	15	9:11
vuelta 4	2,075.00	10:54	0:00	14	4:02	107	10:26	6,226.29	37:38	0:00	10	4:52	15	13:05
vuelta 5	2,075.00	11:13	0:00	15	4:21	107	7:13	8,301.29	48:51	0:00	10	7:01	15	12:18
última vuelta me	411.00	2:25	0:00	17	0:57	105	1:06	10.00	51:16	5:07	14	18:01	106	19:46