



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Henkel, Tobias

Asociación: SV Thuringia Königsee

Dorsal: 350

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M20

tiempo total: 40:27

velocidad: 14.83 km/h

rendimiento en carrera: 4:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 33 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 33 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 17(de 32)

mejor tiempo en la categoría: 31:30

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	Total Men
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
vuelta 1	1.29	4:36	3:33	15	0:43	32	3:29	1.29	4:36	3:33	15	0:29	33	0:03
vuelta 2	2,075.00	8:03	0:00	16	2:14	37	5:14	2,076.29	12:39	0:00	29	2:43	33	2:06
vuelta 3	2,075.00	8:56	0:00	19	4:35	49	5:56	4,151.29	21:35	0:00	29	7:18	33	4:02
vuelta 4	2,075.00	8:34	0:00	17	8:06	38	8:06	6,226.29	30:09	0:00	29	15:24	4	5:36
vuelta 5	2,075.00	8:23	0:00	14	1:53	29	4:23	8,301.29	38:32	0:00	29	13:47	31	1:59
última vuelta me	411.00	1:55	0:00	26	0:36	65	0:36	10.00	40:27	4:02	17	8:57	33	8:57