



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Freyer, Marcus

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt
Dorsal: 345

recorrido: 10.00 km
Köstritzer Lauf

categoría:
Männer M30

tiempo total: 48:45

velocidad: 12.31 km/h
rendimiento en carrera: 4:53 min/km

posición en el recorrido/Total: 98 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 93 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 11(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 33:15

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	1.29	6:09	4:46	12	2:01	103	5:02	1.29	6:09	4:46	17	0:54	36	1:36
vuelta 2	2,075.00	9:53	0:00	11	2:56	95	7:04	2,076.29	16:02	0:00	17	1:44	36	5:29
vuelta 3	2,075.00	9:45	0:00	11	2:47	82	6:45	4,151.29	25:47	0:00	17	2:21	36	8:14
vuelta 4	2,075.00	10:10	0:00	12	3:18	91	9:42	6,226.29	35:57	0:00	17	3:11	36	11:24
vuelta 5	2,075.00	10:56	0:00	13	4:04	104	6:56	8,301.29	46:53	0:00	17	5:03	34	10:20
última vuelta me	411.00	1:52	0:00	9	0:24	56	0:33	10.00	48:45	4:52	11	15:30	93	17:15