



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Senz, Stefan

Asociación: LSV Lok Arnstadt

Dorsal: 341

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M20

tiempo total: 37:35

velocidad: 15.96 km/h

rendimiento en carrera: 3:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 16 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 16 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 13(de 32)

mejor tiempo en la categoría: 31:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	
vuelta 1	1.29	4:28	3:27	14	0:35	22	3:21	1.29	4:28	3:27	27	0:21	10	
vuelta 2	2,075.00	7:24	0:00	12	1:35	22	4:35	2,076.29	11:52	0:00	27	1:56	32	1:19
vuelta 3	2,075.00	8:01	0:00	14	3:40	23	5:01	4,151.29	19:53	0:00	27	5:36	32	2:20
vuelta 4	2,075.00	7:58	0:00	13	7:30	18	7:30	6,226.29	27:51	0:00	27	13:06	32	3:18
vuelta 5	2,075.00	8:11	0:00	12	1:41	24	4:11	8,301.29	36:02	0:00	27	11:17	30	
última vuelta me	411.00	1:33	0:00	10	0:14	13	0:14	10.00	37:35	3:45	13	6:05	16	6:05