



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Koch, Markus

Asociación: TV 1848 Coburg

Dorsal: 375

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M30

tiempo total: 33:15

velocidad: 18.05 km/h

rendimiento en carrera: 3:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 7 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 7 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 1(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 33:15

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	retraso Men	
vuelta 1	1.29	4:08	3:12	1	-	11	3:01	1.29	4:08	3:12	16	-	11	3:01	46
vuelta 2	2,075.00	6:57	0:00	1	-	13	4:08	2,076.29	11:05	0:00	16	-	13	4:08	45 0:32
vuelta 3	2,075.00	6:58	0:00	1	-	9	3:58	4,151.29	18:03	0:00	16	-	9	3:58	44 0:30
vuelta 4	2,075.00	6:52	0:00	1	-	6	6:24	6,226.29	24:55	0:00	16	-	6	6:24	46 0:22
vuelta 5	2,075.00	6:52	0:00	1	-	10	2:52	8,301.29	31:47	0:00	16	-	10	2:52	44
última vuelta me	411.00	1:28	0:00	1	-	9	0:09	10.00	33:15	3:19	1	-	9	0:09	7 1:45