



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Krannich, Ingmar

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 415

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M30

tiempo total: 37:55

velocidad: 15.82 km/h

rendimiento en carrera: 3:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 18 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 18 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 2(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	4:29	3:28	2	0:21	26	3:22	1.29	4:29	3:28	15	54		
vuelta 2	2,075.00	7:45	0:00	2	0:48	28	4:56	2,076.29	12:14	0:00	15	54	1:41	
vuelta 3	2,075.00	7:57	0:00	2	0:59	22	4:57	4,151.29	20:11	0:00	15	53	2:38	
vuelta 4	2,075.00	8:08	0:00	2	1:16	25	7:40	6,226.29	28:19	0:00	15	54	3:46	
vuelta 5	2,075.00	8:04	0:00	2	1:12	19	4:04	8,301.29	36:23	0:00	15	52		
última vuelta me	411.00	1:32	0:00	2	0:04	11	0:13	10.00	37:55	3:47	2	4:40	18	6:25