



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Rochau, Lothar

Asociación: LAV Halensia

Dorsal: 413

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M55

tiempo total: 38:44

velocidad: 15.49 km/h

rendimiento en carrera: 3:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 24 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 24 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 2(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 38:34

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			retraso Men
				posición	categoría	Men					posición	categoría	Men	
vuelta 1	1.29	4:40	3:37	1	-	35	3:33	1.29	4:40	3:37	5		55	0:07
vuelta 2	2,075.00	7:59	0:00	2	0:09	35	5:10	2,076.29	12:39	0:00	5	0:08	33	2:06
vuelta 3	2,075.00	8:07	0:00	2	0:01	29	5:07	4,151.29	20:46	0:00	5	0:09	55	3:13
vuelta 4	2,075.00	8:08	0:00	2	0:02	25	7:40	6,226.29	28:54	0:00	5	0:11	55	4:21
vuelta 5	2,075.00	8:09	0:00	1	-	21	4:09	8,301.29	37:03	0:00	5	0:11	53	0:30
última vuelta me	411.00	1:41	0:00	1	-	29	0:22	10.00	38:44	3:52	2	0:10	24	7:14