



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## evaluación detallada

**Dreyßig, Christian**

Asociación: AC Apolda

Dorsal: 371

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M30

tiempo total: 39:36

velocidad: 15.15 km/h

rendimiento en carrera: 3:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 28 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 28 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 4(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 33:15

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	1.29	4:30	3:29	3	0:22	27	3:23	1.29	4:30	3:29	14	60		
vuelta 2	2,075.00	7:59	0:00	5	1:02	35	5:10	2,076.29	12:29	0:00	14	60	1:56	
vuelta 3	2,075.00	8:25	0:00	5	1:27	36	5:25	4,151.29	20:54	0:00	12	60	3:21	
vuelta 4	2,075.00	8:29	0:00	4	1:37	36	8:01	6,226.29	29:23	0:00	14	60	4:50	
vuelta 5	2,075.00	8:29	0:00	4	1:37	31	4:29	8,301.29	37:52	0:00	14	58	1:19	
última vuelta me	411.00	1:44	0:00	5	0:16	37	0:25	10.00	39:36	3:57	4	6:21	28	8:06