



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Schiwek, Uwe

Asociación: Die stolpernden Schildkröten

Dorsal: 405

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 40:58

velocidad: 14.65 km/h

rendimiento en carrera: 4:06 min/km

posición en el recorrido/Total: 36 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 36 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 5(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 36:22

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
				Men	Men	Men	Men					Men	Men	
vuelta 1	1.29	3:33	2:45	2	2:26	2	2:26	1.29	3:33	2:45	1	-	66	
vuelta 2	2,075.00	4:00	0:00	2	1:11	2	1:11	2,076.29	7:33	0:00	1	-	66	
vuelta 3	2,075.00	3:00	0:00	1	-	1	-	4,151.29	10:33	0:00	1	-	66	
vuelta 4	2,075.00	7:00	0:00	1	-	9	6:32	6,226.29	17:33	0:00	1	-	66	
vuelta 5	2,075.00	10:00	0:00	13	4:00	80	6:00	8,301.29	27:33	0:00	1	-	64	
última vuelta me	411.00	13:25	0:01	17	11:42	126	12:06	10.00	40:58	4:05	5	4:36	36	9:28