



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## evaluación detallada

**Zeiger, Thomas**

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 382

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M40

tiempo total: 41:39

velocidad: 14.41 km/h

rendimiento en carrera: 4:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 39 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 39 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 3(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 41:02

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
vuelta 1	1.29	5:02	3:54	2	0:11	41	3:55	1.29	5:02	3:54	6	68	0:29	
vuelta 2	2,075.00	8:21	0:00	3	2:21	40	5:32	2,076.29	13:23	0:00	6	68	2:50	
vuelta 3	2,075.00	8:39	0:00	3	0:36	42	5:39	4,151.29	22:02	0:00	6	68	4:29	
vuelta 4	2,075.00	8:50	0:00	3	0:50	42	8:22	6,226.29	30:52	0:00	4	34	6:19	
vuelta 5	2,075.00	9:01	0:00	4	0:25	46	5:01	8,301.29	39:53	0:00	6	66	3:20	
última vuelta me	411.00	1:46	0:00	4	0:08	48	0:27	10.00	41:39	4:09	3	0:37	39	10:09