



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Glock, Carsten

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt
Dorsal: 363

recorrido: 10.00 km
Köstritzer Lauf

categoría:
Männer M20

tiempo total: 41:42

velocidad: 14.39 km/h
rendimiento en carrera: 4:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 40 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 40 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 18(de 32)

mejor tiempo en la categoría: 31:30

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapa min/km | stage score | | | Total score | | | | | | | |
|------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|----------------|----|-------|
| | | | | posición categoría | retraso Men | retraso Men | Total km | Total tiempo | Total min/km | posición categoría | retraso Men | retraso Men | | |
| vuelta 1 | 1.29 | 4:56 | 3:49 | 17 | 1:03 | 39 | 3:49 | 1.29 | 4:56 | 3:49 | 13 | 0:49 | 69 | 0:23 |
| vuelta 2 | 2,075.00 | 8:37 | 0:00 | 17 | 2:48 | 47 | 5:48 | 2,076.29 | 13:33 | 0:00 | 13 | 3:37 | 69 | 3:00 |
| vuelta 3 | 2,075.00 | 8:58 | 0:00 | 22 | 4:37 | 53 | 5:58 | 4,151.29 | 22:31 | 0:00 | 13 | 8:14 | 12 | 4:58 |
| vuelta 4 | 2,075.00 | 8:50 | 0:00 | 18 | 8:22 | 42 | 8:22 | 6,226.29 | 31:21 | 0:00 | 13 | 16:36 | 12 | 6:48 |
| vuelta 5 | 2,075.00 | 8:41 | 0:00 | 16 | 2:11 | 35 | 4:41 | 8,301.29 | 40:02 | 0:00 | 13 | 15:17 | 67 | 3:29 |
| última vuelta me | 411.00 | 1:40 | 0:00 | 15 | 0:21 | 24 | 0:21 | 10.00 | 41:42 | 4:10 | 18 | 10:12 | 40 | 10:12 |