



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Hirsch, Dr. Steffen

Asociación: AC Apolda

Dorsal: 424

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M30

tiempo total: 43:13

velocidad: 13.88 km/h

rendimiento en carrera: 4:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 53 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 52 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 6(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 | |
| vuelta 1 | 1.29 | 5:03 | 3:54 | 6 | 0:55 | 42 | 3:56 | 1.29 | 5:03 | 3:54 | 11 | 76 | 0:30 | |
| vuelta 2 | 2,075.00 | 8:37 | 0:00 | 6 | 1:40 | 47 | 5:48 | 2,076.29 | 13:40 | 0:00 | 11 | 76 | 3:07 | |
| vuelta 3 | 2,075.00 | 9:05 | 0:00 | 6 | 2:07 | 59 | 6:05 | 4,151.29 | 22:45 | 0:00 | 11 | 76 | 5:12 | |
| vuelta 4 | 2,075.00 | 9:20 | 0:00 | 6 | 2:28 | 58 | 8:52 | 6,226.29 | 32:05 | 0:00 | 11 | 76 | 7:32 | |
| vuelta 5 | 2,075.00 | 9:13 | 0:00 | 7 | 2:21 | 51 | 5:13 | 8,301.29 | 41:18 | 0:00 | 11 | 74 | 4:45 | |
| última vuelta me | 411.00 | 1:55 | 0:00 | 11 | 0:27 | 65 | 0:36 | 10.00 | 43:13 | 4:19 | 6 | 9:58 | 52 | 11:43 |