



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Lipfert, Günter

Asociación: Saalfelder LV

Dorsal: 409

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M20

tiempo total: 43:08

velocidad: 13.91 km/h

rendimiento en carrera: 4:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 52 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 51 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 20(de 32)

mejor tiempo en la categoría: 31:30

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	5:21	4:08	21	1:28	60	4:14	1.29	5:21	4:08	10	1:14	3	0:48
vuelta 2	2,075.00	8:52	0:00	19	3:03	55	6:03	2,076.29	14:13	0:00	10	4:17	77	3:40
vuelta 3	2,075.00	8:56	0:00	19	4:35	49	5:56	4,151.29	23:09	0:00	10	8:52	3	5:36
vuelta 4	2,075.00	9:06	0:00	20	8:38	51	8:38	6,226.29	32:15	0:00	11	17:30	77	7:42
vuelta 5	2,075.00	9:14	0:00	19	2:44	53	5:14	8,301.29	41:29	0:00	11	16:44	75	4:56
última vuelta me	411.00	1:39	0:00	14	0:20	23	0:20	10.00	43:08	4:18	20	11:38	51	11:38