



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Laute, Andreas

Asociación: SV TU Ilmenau

Dorsal: 448

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 44:06

velocidad: 13.61 km/h

rendimiento en carrera: 4:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 59 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 58 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 10(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 36:22

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				retraso	posición	categoría				retraso	posición	categoría		
vuelta 1	1.29	5:11	4:01	6	4:04	46	1.29	5:11	4:01	7	1:38	81	0:38	
vuelta 2	2,075.00	9:03	0:00	10	6:14	66	2,076.29	14:14	0:00	7	6:41	3	3:41	
vuelta 3	2,075.00	9:10	0:00	10	6:10	63	4,151.29	23:24	0:00	7	12:51	81	5:51	
vuelta 4	2,075.00	9:18	0:00	11	2:18	57	6,226.29	32:42	0:00	7	15:09	81	8:09	
vuelta 5	2,075.00	9:31	0:00	10	3:31	61	8,301.29	42:13	0:00	7	14:40	79	5:40	
última vuelta me	411.00	1:53	0:00	6	0:10	59	10.00	44:06	4:24	10	7:44	58	12:36	