



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## evaluación detallada

Hempel, Ernst

Asociación: Saalfelder LV

Dorsal: 465

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M60

tiempo total: 45:22

velocidad: 13.23 km/h

rendimiento en carrera: 4:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 68 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 66 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 2(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 40:43

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición Men	retraso Men		
vuelta 1	1.29	5:21	4:08	2	0:53	60	4:14	1.29	5:21	4:08	3	3	0:48	
vuelta 2	2,075.00	9:06	0:00	3	2:06	69	6:17	2,076.29	14:27	0:00	3	83	3:54	
vuelta 3	2,075.00	9:32	0:00	3	1:31	68	6:32	4,151.29	23:59	0:00	3	83	6:26	
vuelta 4	2,075.00	9:39	0:00	2	1:41	66	9:11	6,226.29	33:38	0:00	3	83	9:05	
vuelta 5	2,075.00	9:45	0:00	3	4:45	66	5:45	8,301.29	43:23	0:00	3	81	6:50	
última vuelta me	411.00	1:59	0:00	1	-	76	0:40	10.00	45:22	4:32	2	4:39	66	13:52