



# 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	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	
			Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	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