



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

evaluación detallada

Rauch, André

Asociación: LG Friedrichroda

Dorsal: 449

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 45:52

velocidad: 13.08 km/h

rendimiento en carrera: 4:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 74 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 72 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 14(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 36:22

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posició min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posició min/km	Total retraso categoría	Total retraso Men	Total retraso Men	
vuelta 1	1.29	5:33	4:18	11	4:26	75	4:26	1.29	5:33	4:18	6	2:00	6	1:00
vuelta 2	2,075.00	9:14	0:00	11	6:25	71	6:25	2,076.29	14:47	0:00	6	7:14	85	4:14
vuelta 3	2,075.00	9:35	0:00	13	6:35	74	6:35	4,151.29	24:22	0:00	6	13:49	85	6:49
vuelta 4	2,075.00	9:44	0:00	14	2:44	73	9:16	6,226.29	34:06	0:00	6	16:33	85	9:33
vuelta 5	2,075.00	9:49	0:00	12	3:49	72	5:49	8,301.29	43:55	0:00	6	16:22	83	7:22
última vuelta me	411.00	1:57	0:00	8	0:14	69	0:38	10.00	45:52	4:35	14	9:30	72	14:22