



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## evaluación detallada

**Brück, Tom**

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 361

recorrido: 10.00 km

Köstritzer Lauf

categoría:

Männer M20

tiempo total: 45:31

velocidad: 13.18 km/h

rendimiento en carrera: 4:33 min/km

posición en el recorrido/Total: 70 (de 153)

posición en el recorrido/Men: 68 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 31:30

posición en la categoría: 25(de 32)

mejor tiempo en la categoría: 31:30

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
vuelta 1	1.29	5:25	4:11	26	1:32	70	4:18	1.29	5:25	4:11	9	1:18	86	0:52
vuelta 2	2,075.00	9:03	0:00	24	3:14	66	6:14	2,076.29	14:28	0:00	9	4:32	86	3:55
vuelta 3	2,075.00	9:32	0:00	25	5:11	68	6:32	4,151.29	24:00	0:00	9	9:43	86	6:27
vuelta 4	2,075.00	9:48	0:00	26	9:20	76	9:20	6,226.29	33:48	0:00	9	19:03	86	9:15
vuelta 5	2,075.00	10:03	0:00	28	3:33	86	6:03	8,301.29	43:51	0:00	9	19:06	84	7:18
última vuelta me	411.00	1:40	0:00	15	0:21	24	0:21	10.00	45:31	4:33	25	14:01	68	14:01