



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

evaluación detallada

Wolfig, Uwe

Asociación: Plaue

Dorsal: 361

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 45:38

velocidad: 13.15 km/h

rendimiento en carrera: 04:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 23 (de 93)

posición en el recorrido/Men: 22 (de 79)

mejor tiempo del recorrido: 33:15

posición en la categoría: 4(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 40:42

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	5:10	4:00	5	0:28	17	0:57	1.29	5:10	4:00	5	70		
vuelta 2	2.08	9:01	4:20	5	0:49	22	4:35	3.37	14:11	4:12	5	71		
vuelta 3	2.08	9:28	4:33	4	1:00	23	5:02	5.45	23:39	4:20	4	2:13	52	
vuelta 4	2.08	9:54	4:45	4	1:13	25	5:28	7.53	33:33	4:27	4	3:26	52	
vuelta 5	2.08	10:06	4:51	4	1:23	24	10:06	9.61	43:39	4:32	4	4:42	51	
última vuelta me	0.41	1:59	4:50	7	0:15	28	0:30	10.00	45:38	4:33	4	4:56	22	12:23