



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

evaluación detallada

Fleischer, Stephan

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt

Dorsal: 311

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 1:02:13

velocidad: 9.64 km/h

rendimiento en carrera: 06:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 71 (de 93)

posición en el recorrido/Men: 63 (de 79)

mejor tiempo del recorrido: 33:15

posición en la categoría: 7(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 39:40

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total							
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km					
			retraso	posición	retraso	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men		
vuelta 1	1.29	7:51	6:05	6	3:00	69	3:38	1.29	7:51	6:05	7	3:00	24	2:22
vuelta 2	2.08	12:10	5:50	6	4:06	67	7:44	3.37	20:01	5:56	7	7:06	25	4:16
vuelta 3	2.08	12:38	6:04	6	4:23	62	8:12	5.45	32:39	5:59	6	11:29	29	6:13
vuelta 4	2.08	12:55	6:12	7	4:23	59	8:29	7.53	45:34	6:03	5	15:52	27	7:29
vuelta 5	2.08	14:03	6:45	6	5:34	61	14:03	9.61	59:37	6:12	5	21:26	26	8:41
última vuelta me	0.41	2:36	6:20	6	1:07	56	1:07	10.00	1:02:13	6:13	7	22:33	63	28:58