



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

evaluación detallada

Graff, Mario

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt
Dorsal: 161

recorrido: 5.00 km
sunways 5-km-Lauf

categoría:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 28:24

velocidad: 10.56 km/h
rendimiento en carrera: 05:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 43 (de 76)

posición en el recorrido/Men: 28 (de 45)

mejor tiempo del recorrido: 17:06

posición en la categoría: 2(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 24:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men
				retraso	posición	categoría				retraso	posición	categoría	
vuelta 1	0.44	2:34	5:50	4	0:22	42	0.44	2:34	5:50	2	0:22	6	0:18
vuelta 2	2.08	11:46	5:39	5	1:44	33	2.52	14:20	5:41	2	2:06	6	
vuelta 3	2.08	11:52	5:42	3	1:39	23	4.60	26:12	5:41	2	3:45	6	
última vuelta me	0.41	2:12	5:21	3	0:12	25	5.00	28:24	5:40	2	3:54	28	11:18