



## 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

### evaluación detallada

**Roubitschek, Silvio**

Asociación: SV Hermsdorf

Dorsal: 350

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 43:02

velocidad: 13.94 km/h

rendimiento en carrera: 4:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 31 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 31 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 4(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 38:36

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
			Men	Men	Men				Men	Men	Men			
vuelta 1	1.70	6:57	4:05	7	0:37	41	1:16	1.70	6:57	4:05	5	0:03	65	
vuelta 2	2.34	10:08	4:19	4	1:00	29	1:41	4.04	17:05	4:13	5		65	
vuelta 3	2.34	10:06	4:18	4	1:03	26	1:40	6.38	27:11	4:15	4	2:40	76	
vuelta 4	2.34	10:12	4:21	4	1:05	31	1:45	8.72	37:23	4:17	4	3:45	75	
última vuelta Zie	1.28	5:39	4:24	5	0:41	35	1:03	10.00	43:02	4:18	4	4:26	31	7:25