



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

evaluación detallada

Wolfig, Uwe

Asociación: Plaue

Dorsal: 402

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 43:43

velocidad: 13.72 km/h

rendimiento en carrera: 4:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 36 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 36 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 5(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 38:36

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	1.70	6:53	4:02	5	0:33	36	1:12	1.70	6:53	4:02	6		71	
vuelta 2	2.34	10:29	4:28	6	1:21	43	2:02	4.04	17:22	4:17	6		71	
vuelta 3	2.34	10:37	4:32	5	1:34	39	2:11	6.38	27:59	4:23	5	3:28	71	
vuelta 4	2.34	10:21	4:25	5	1:14	36	1:54	8.72	38:20	4:23	5	4:42	70	
última vuelta Zie	1.28	5:23	4:12	4	0:25	24	0:47	10.00	43:43	4:22	5	5:07	36	8:06