



# 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

## evaluación detallada

Hey, Herbert

Asociación: LTV Erfurt

Dorsal: 396

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 43:45

velocidad: 13.71 km/h

rendimiento en carrera: 4:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 37 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 37 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 1(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 43:45

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score						
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men	
vuelta 1	1.70	7:27	4:22	1	-	48	1:46	1.70	7:27	4:22	1	-	69
vuelta 2	2.34	10:25	4:27	1	-	42	1:58	4.04	17:52	4:25	1	-	66
vuelta 3	2.34	10:15	4:22	1	-	32	1:49	6.38	28:07	4:24	1	-	69
vuelta 4	2.34	10:02	4:17	1	-	24	1:35	8.72	38:09	4:22	1	-	68
última vuelta Zie	1.28	5:36	4:22	1	-	33	1:00	10.00	43:45	4:22	1	-	37 8:08