



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

evaluación detallada

Seever, Thorsten

Asociación: SG Motor Arnstadt

Dorsal: 345

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 44:40

velocidad: 13.43 km/h

rendimiento en carrera: 4:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 40 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 40 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 10(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 36:27

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	Total Men
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
vuelta 1	1.70	6:54	4:03	10	0:55	37	1:13	1.70	6:54	4:03	10	0:55	67	
vuelta 2	2.34	10:24	4:26	10	1:44	41	1:57	4.04	17:18	4:16	10	2:39	67	
vuelta 3	2.34	10:55	4:39	10	2:17	43	2:29	6.38	28:13	4:25	10	4:56	67	
vuelta 4	2.34	10:44	4:35	10	2:12	41	2:17	8.72	38:57	4:28	10	7:08	66	
última vuelta Zie	1.28	5:43	4:27	9	1:05	37	1:07	10.00	44:40	4:28	10	8:13	40	9:03