



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

evaluación detallada

Trefflich, Denny

Asociación: Bittstädt

Dorsal: 371

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 45:18

velocidad: 13.25 km/h

rendimiento en carrera: 4:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 43 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 43 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 4(de 13)

mejor tiempo en la categoría: 38:00

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				
vuelta 1	1.70	6:41	3:55	4	0:36	25	1:00	1.70	6:41	3:55	4	0:36	22		
vuelta 2	2.34	10:52	4:38	4	2:03	46	2:25	4.04	17:33	4:20	4	2:39	22		
vuelta 3	2.34	10:55	4:39	4	2:02	43	2:29	6.38	28:28	4:27	4	4:41	33		
vuelta 4	2.34	10:56	4:40	4	1:46	43	2:29	8.72	39:24	4:31	4	6:27	21		
última vuelta Zie	1.28	5:54	4:36	4	0:51	41	1:18	10.00	45:18	4:31	4	7:18	43	9:41	