



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

evaluación detallada

Herrmann, Maik

Asociación: Lauftreff Arnstadt

Dorsal: 364

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 45:23

velocidad: 13.22 km/h

rendimiento en carrera: 4:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 44 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 44 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 8(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 37:38

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total score
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
vuelta 1	1.70	6:45	3:58	5	0:41	30	1.70	6:45	3:58	8	0:41	21	
vuelta 2	2.34	10:22	4:25	7	1:32	37	4.04	17:07	4:14	8	2:13	21	
vuelta 3	2.34	10:57	4:40	8	2:05	45	6.38	28:04	4:23	8	4:18	21	
vuelta 4	2.34	11:21	4:51	9	2:22	50	8.72	39:25	4:31	8	6:40	20	
última vuelta Zie	1.28	5:58	4:39	9	1:05	49	10.00	45:23	4:32	8	7:45	44	9:46