



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

evaluación detallada

Olm, Patrick

Asociación: SRL-Sportclub-Arnstadt e.V.

Dorsal: 348

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 46:35

velocidad: 12.88 km/h

rendimiento en carrera: 4:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 46 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 45 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 5(de 13)

mejor tiempo en la categoría: 38:00

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	posición	retraso				posición	posición	retraso		
				categoría	categoría	Men				categoría	categoría	Men	Men	
vuelta 1	1.70	7:10	4:12	5	1:05	45	1:29	1.70	7:10	4:12	5	1:05	20	
vuelta 2	2.34	11:00	4:42	5	2:11	47	2:33	4.04	18:10	4:29	5	3:16	20	
vuelta 3	2.34	11:09	4:45	5	2:16	47	2:43	6.38	29:19	4:35	5	5:32	20	
vuelta 4	2.34	11:20	4:50	5	2:10	48	2:53	8.72	40:39	4:39	5	7:42	19	
última vuelta Zie	1.28	5:56	4:38	5	0:53	45	1:20	10.00	46:35	4:39	5	8:35	45	10:58