



## 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

### evaluación detallada

Schäge, Rico

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 304

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 47:59

velocidad: 12.50 km/h

rendimiento en carrera: 4:48 min/km

posición en el recorrido/Total: 55 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 51 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 11(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 36:27

### 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	7:39	4:30	12	1:40	53	1:58	1.70	7:39	4:30	11	1:40	14	
vuelta 2	2.34	11:15	4:48	11	2:35	51	2:48	4.04	18:54	4:40	11	4:15	14	
vuelta 3	2.34	11:29	4:54	11	2:51	52	3:03	6.38	30:23	4:45	11	7:06	14	
vuelta 4	2.34	11:29	4:54	11	2:57	51	3:02	8.72	41:52	4:48	11	10:03	13	
última vuelta Zie	1.28	6:07	4:46	10	1:29	53	1:31	10.00	47:59	4:47	11	11:32	51	12:22