



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

evaluación detallada

Freyer, Marcus

Asociación: KLA

Dorsal: 392

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 49:23

velocidad: 12.15 km/h

rendimiento en carrera: 4:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 64 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 55 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 7(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			
			Men	Men	Men				Men	Men	Men			
vuelta 1	1.70	8:04	4:44	10	1:59	62	2:23	1.70	8:04	4:44	7	1:59	10	0:21
vuelta 2	2.34	11:32	4:55	6	2:43	55	3:05	4.04	19:36	4:51	7	4:42	10	0:12
vuelta 3	2.34	11:18	4:49	6	2:25	50	2:52	6.38	30:54	4:50	7	7:07	10	0:02
vuelta 4	2.34	12:01	5:08	8	2:51	61	3:34	8.72	42:55	4:55	7	9:58	9	1:00
última vuelta Zie	1.28	6:28	5:03	8	1:25	62	1:52	10.00	49:23	4:56	7	11:23	55	13:46