



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

evaluación detallada

Hahnemann, Norbert

Asociación: SG Motor Arnstadt

Dorsal: 344

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 50:11

velocidad: 11.96 km/h

rendimiento en carrera: 5:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 71 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 60 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 2(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 43:45

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
vuelta 1	1.70	7:56	4:40	2	0:29	56	2:15	1.70	7:56	4:40	2	0:29	5	0:13
vuelta 2	2.34	11:46	5:01	2	1:21	60	3:19	4.04	19:42	4:52	2	1:50	5	0:18
vuelta 3	2.34	12:02	5:08	2	1:47	61	3:36	6.38	31:44	4:58	2	3:37	5	0:52
vuelta 4	2.34	11:57	5:06	2	1:55	58	3:30	8.72	43:41	5:00	2	5:32	4	1:46
última vuelta Zie	1.28	6:30	5:04	2	0:54	63	1:54	10.00	50:11	5:01	2	6:26	60	14:34