



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

evaluación detallada

Ritze, Detlef

Asociación: Lauftreff Alteburg Arnstadt

Dorsal: 329

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

tiempo total: 51:08

velocidad: 11.73 km/h

rendimiento en carrera: 5:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 74 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 63 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 3(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 39:38

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	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	1.70	8:01	4:42	3	1:44	60	2:20	1.70	8:01	4:42	3	1:44	2	0:18
vuelta 2	2.34	12:00	5:07	3	2:45	65	3:33	4.04	20:01	4:57	3	4:29	2	0:37
vuelta 3	2.34	12:03	5:08	4	2:40	63	3:37	6.38	32:04	5:01	3	7:09	2	1:12
vuelta 4	2.34	12:20	5:16	4	2:50	66	3:53	8.72	44:24	5:05	3	9:59	12	2:29
última vuelta Zie	1.28	6:44	5:15	3	1:31	67	2:08	10.00	51:08	5:06	3	11:30	63	15:31