



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

evaluación detallada

van Boekel, Ingolf

Asociación: fix&foxi

Dorsal: 312

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

tiempo total: 51:52

velocidad: 11.57 km/h

rendimiento en carrera: 5:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 78 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 66 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 4(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 39:38

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	8:50	5:11	4	2:33	72	3:09	1.70	8:50	5:11	4	2:33	41	1:07
vuelta 2	2.34	12:12	5:12	4	2:57	68	3:45	4.04	21:02	5:12	4	5:30	42	1:38
vuelta 3	2.34	12:02	5:08	3	2:39	61	3:36	6.38	33:04	5:10	4	8:09	41	2:12
vuelta 4	2.34	11:59	5:07	3	2:29	60	3:32	8.72	45:03	5:09	4	10:38	40	3:08
última vuelta Zie	1.28	6:49	5:19	4	1:36	70	2:13	10.00	51:52	5:11	4	12:14	66	16:15