



## 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

### evaluación detallada

Höpfner, Thomas

Asociación: RSV Ilmenau

Dorsal: 342

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 53:21

velocidad: 11.25 km/h

rendimiento en carrera: 5:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 83 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 70 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 4(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 43:45

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

| control           | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | stage score |          |         | Total score |                 |                   |          |          |         |    |       |
|-------------------|-------------|-----------------|------------------------|-------------|----------|---------|-------------|-----------------|-------------------|----------|----------|---------|----|-------|
|                   |             |                 |                        | retraso     | posición | retraso | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>posición | retraso  | posición | retraso |    |       |
|                   |             |                 | retraso                | posición    | retraso  |         |             |                 | retraso           | posición | retraso  |         |    |       |
|                   |             |                 | Men                    | Men         | Men      |         |             |                 | Men               | Men      | Men      |         |    |       |
| vuelta 1          | 1.70        | 8:15            | 4:51                   | 4           | 0:48     | 68      | 2:34        | 1.70            | 8:15              | 4:51     | 4        | 0:48    | 37 | 0:32  |
| vuelta 2          | 2.34        | 12:16           | 5:14                   | 4           | 1:51     | 71      | 3:49        | 4.04            | 20:31             | 5:04     | 4        | 2:39    | 37 | 1:07  |
| vuelta 3          | 2.34        | 12:36           | 5:23                   | 4           | 2:21     | 70      | 4:10        | 6.38            | 33:07             | 5:11     | 4        | 5:00    | 36 | 2:15  |
| vuelta 4          | 2.34        | 12:58           | 5:32                   | 4           | 2:56     | 71      | 4:31        | 8.72            | 46:05             | 5:17     | 4        | 7:56    | 36 | 4:10  |
| última vuelta Zie | 1.28        | 7:16            | 5:40                   | 4           | 1:40     | 76      | 2:40        | 10.00           | 53:21             | 5:20     | 4        | 9:36    | 70 | 17:44 |