



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

evaluación detallada

Dehmel, Gerhard

Asociación: ThWV Ilmenau

Dorsal: 379

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

tiempo total: 54:04

velocidad: 11.10 km/h

rendimiento en carrera: 5:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 84 (de 104)

posición en el recorrido/Men: 71 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 35:37

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 54:04

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				categoría	Men	categoría	Men				categoría	Men		
vuelta 1	1.70	8:05	4:45	1	-	64	2:24	1.70	8:05	4:45	1	-	36	0:22
vuelta 2	2.34	12:35	5:22	1	-	72	4:08	4.04	20:40	5:06	1	-	36	1:16
vuelta 3	2.34	12:56	5:31	1	-	71	4:30	6.38	33:36	5:15	1	-	35	2:44
vuelta 4	2.34	13:23	5:43	1	-	76	4:56	8.72	46:59	5:23	1	-	35	5:04
última vuelta Zie	1.28	7:05	5:32	1	-	74	2:29	10.00	54:04	5:24	1	-	71	18:27