



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

evaluación detallada

Fruntke, Thomas

Asociación: SV 1899 Mühlhausen

Dorsal: 191

recorrido: 5.00 km

5-km-Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 20:01

velocidad: 14.99 km/h

rendimiento en carrera: 4:00 min/km

posición en el recorrido/Total: 8 (de 50)

posición en el recorrido/Men: 7 (de 27)

mejor tiempo del recorrido: 18:35

posición en la categoría: 1(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 20:01

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	1.39	5:16	3:47	1	-	8	0:31	1.39	5:16	3:47	1	-	22	
vuelta 2	2.35	9:29	4:02	1	-	6	0:31	3.74	14:45	3:56	1	-	22	
última vuelta Zie	1.30	5:16	4:03	1	-	7	0:25	5.00	20:01	4:00	1	-	7	1:26