



## 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

### evaluación detallada

**Heinz, Marco**

Asociación: Speedskating Arnstadt e.V.

Dorsal: 181

recorrido: 5.00 km

5-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 25:23

velocidad: 11.82 km/h

rendimiento en carrera: 5:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 25 (de 50)

posición en el recorrido/Men: 17 (de 27)

mejor tiempo del recorrido: 18:35

posición en la categoría: 3(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 18:35

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score							
				retraso	posición	retraso	posición	Total	Total	Total	posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso
vuelta 1	1.39	6:42	4:49	3	1:56	20	1:57	1.39	6:42	4:49	3	1:56	11	0:39	
vuelta 2	2.35	12:03	5:07	4	3:05	19	3:05	3.74	18:45	5:00	3	5:01	11	1:41	
última vuelta Zie	1.30	6:38	5:06	4	1:47	18	1:47	5.00	25:23	5:04	3	6:48	17	6:48	