



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Knoll, Markus

Asociación: Ks Sportsworld

Dorsal: 292

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 46:51

velocidad: 12.81 km/h

rendimiento en carrera: 4:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 38 (de 103)

posición en el recorrido/Men: 35 (de 80)

mejor tiempo del recorrido: 31:54

posición en la categoría: 8(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 39:07

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score								
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso			
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso				
vuelta 1	1.70	6:46	3:58	7	0:43	30	1:47	1.70	6:46	3:58	8	0:43	66		
vuelta 2	2.34	10:40	4:33	8	1:35	36	3:14	4.04	17:26	4:18	8	2:18	65		
vuelta 3	2.34	11:16	4:48	8	1:53	35	3:38	6.38	28:42	4:29	8	4:11	65		
vuelta 4	2.34	11:42	5:00	8	2:16	42	4:06	8.72	40:24	4:37	8	6:27	65		
última vuelta Zie	1.30	6:27	4:57	10	1:17	48	2:12	10.00	46:51	4:41	8	7:44	35	14:57	