



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Grunwald, Maxe

Asociación: katholische Laufjugend Arnstadt
Dorsal: 212

recorrido: 10.00 km
Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 47:38

velocidad: 12.60 km/h
rendimiento en carrera: 4:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 42 (de 103)

posición en el recorrido/Men: 39 (de 80)

mejor tiempo del recorrido: 31:54

posición en la categoría: 6(de 13)

mejor tiempo en la categoría: 36:55

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total score
				posición	posición	retraso				posición	posición	retraso	
				Men	Men	Men				Men	Men	Men	
vuelta 1	1.70	7:06	4:10	6	1:13	37	1.70	7:06	4:10	6	1:13	62	
vuelta 2	2.34	11:19	4:50	6	2:36	40	4.04	18:25	4:33	6	3:49	31	
vuelta 3	2.34	11:24	4:52	7	2:35	39	6.38	29:49	4:40	6	6:24	61	
vuelta 4	2.34	11:33	4:56	8	2:44	41	8.72	41:22	4:44	6	9:08	61	
última vuelta Zie	1.30	6:16	4:49	7	1:35	43	10.00	47:38	4:45	6	10:43	39	15:44