



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Böse, Ralf

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 286

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

tiempo total: 51:02

velocidad: 11.76 km/h

rendimiento en carrera: 5:06 min/km

posición en el recorrido/Total: 62 (de 103)

posición en el recorrido/Men: 55 (de 80)

mejor tiempo del recorrido: 31:54

posición en la categoría: 1(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 51:02

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
vuelta 1	1.70	8:20	4:54	1	-	67	3:21	1.70	8:20	4:54	1	-	6	0:43
vuelta 2	2.34	12:10	5:11	1	-	59	4:44	4.04	20:30	5:04	1	-	5	0:41
vuelta 3	2.34	12:07	5:10	1	-	52	4:29	6.38	32:37	5:06	1	-	6	1:27
vuelta 4	2.34	11:58	5:06	1	-	46	4:22	8.72	44:35	5:06	1	-	6	1:04
última vuelta Ziel	1.30	6:27	4:57	1	-	48	2:12	10.00	51:02	5:06	1	-	55	19:08