



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Köhler, Alexander

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 235

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 52:10

velocidad: 11.50 km/h

rendimiento en carrera: 5:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 68 (de 103)

posición en el recorrido/Men: 60 (de 80)

mejor tiempo del recorrido: 31:54

posición en la categoría: 12(de 13)

mejor tiempo en la categoría: 36:55

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	8:06	4:45	13	2:13	66	3:07	1.70	8:06	4:45	12	2:13	11	0:29
vuelta 2	2.34	12:11	5:12	12	3:28	62	4:45	4.04	20:17	5:01	12	5:41	40	0:28
vuelta 3	2.34	12:27	5:19	12	3:38	59	4:49	6.38	32:44	5:07	12	9:19	11	1:34
vuelta 4	2.34	12:41	5:25	12	3:52	59	5:05	8.72	45:25	5:12	12	13:11	11	1:54
última vuelta Ziel	1.30	6:45	5:11	11	2:04	55	2:30	10.00	52:10	5:13	12	15:15	60	20:16