



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Fleischer, Heimbert

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt

Dorsal: 206

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 52:59

velocidad: 11.32 km/h

rendimiento en carrera: 5:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 70 (de 103)

posición en el recorrido/Men: 62 (de 80)

mejor tiempo del recorrido: 31:54

posición en la categoría: 5(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 43:03

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
vuelta 1	1.70	8:02	4:43	5	1:16	63	1.70	8:02	4:43	5	1:16	29	0:25	
vuelta 2	2.34	12:24	5:17	5	2:15	64	4.04	20:26	5:03	5	3:31	38	0:37	
vuelta 3	2.34	12:39	5:24	6	2:25	63	6.38	33:05	5:11	5	5:53	38	1:55	
vuelta 4	2.34	12:49	5:28	6	2:36	64	8.72	45:54	5:15	5	8:29	38	2:23	
última vuelta Zie	1.30	7:05	5:26	5	1:27	61	10.00	52:59	5:17	5	9:56	62	21:05	