



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Löffelholz, Manuel

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 241

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 56:27

velocidad: 10.63 km/h

rendimiento en carrera: 5:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 84 (de 103)

posición en el recorrido/Men: 70 (de 80)

mejor tiempo del recorrido: 31:54

posición en la categoría: 9(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 35:13

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	1.70	7:58	4:41	7	2:20	60	2:59	1.70	7:58	4:41	9	2:20	32	0:21
vuelta 2	2.34	12:55	5:31	9	4:49	69	5:29	4.04	20:53	5:10	9	7:09	21	1:04
vuelta 3	2.34	13:49	5:54	9	5:34	71	6:11	6.38	34:42	5:26	9	12:43	21	3:32
vuelta 4	2.34	14:04	6:00	9	5:34	71	6:28	8.72	48:46	5:35	9	18:17	21	5:15
última vuelta Zie	1.30	7:41	5:54	9	2:57	69	3:26	10.00	56:27	5:38	9	21:14	70	24:33