



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Ziegler, Hans-Joachim

Asociación: TSG/ WSC 07 Ruhla

Dorsal: 308

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

tiempo total: 1:02:50

velocidad: 9.55 km/h

rendimiento en carrera: 6:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 96 (de 103)

posición en el recorrido/Men: 76 (de 80)

mejor tiempo del recorrido: 31:54

posición en la categoría: 2(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 51:02

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	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	9:44	5:43	2	1:24	80	4:45	1.70	9:44	5:43	2	1:24	24	2:07
vuelta 2	2.34	14:40	6:16	2	2:30	79	7:14	4.04	24:24	6:02	2	3:54	24	4:35
vuelta 3	2.34	14:56	6:22	2	2:49	76	7:18	6.38	39:20	6:09	2	6:43	24	8:10
vuelta 4	2.34	15:07	6:27	2	3:09	75	7:31	8.72	54:27	6:14	2	9:52	24	10:56
última vuelta Zie	1.30	8:23	6:26	2	1:56	75	4:08	10.00	1:02:50	6:16	2	11:48	77	30:56