



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Puy, Michael

Asociación: RRC Zella-Mehlis

Dorsal: 90

recorrido: 5.00 km

Autohaus Gebrüder Kühn 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 21:10

velocidad: 14.17 km/h

rendimiento en carrera: 4:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 7 (de 39)

posición en el recorrido/Men: 7 (de 25)

mejor tiempo del recorrido: 17:05

posición en la categoría: 5(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 17:05

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	1.39	5:11	3:43	4	0:37	7	0:37	1.39	5:11	3:43	4	0:37	22	
vuelta 2	2.35	10:17	4:22	7	2:16	10	2:16	3.74	15:28	4:08	4	2:53	21	
última vuelta Zie	1.30	5:42	4:23	6	1:12	9	1:12	5.00	21:10	4:14	5	4:05	7	4:05