



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Glock, Carsten

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt
Dorsal: 75

recorrido: 5.00 km

Autohaus Gebrüder Kühn 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 21:11

velocidad: 14.16 km/h

rendimiento en carrera: 4:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 8 (de 39)

posición en el recorrido/Men: 8 (de 25)

mejor tiempo del recorrido: 17:05

posición en la categoría: 6(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 categoría	posición Men	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición Men	retraso Men
vuelta 1	1.39	5:44	4:07	7	1:10	14	1:10	1.39	5:44	4:07	6	1:10	18
vuelta 2	2.35	10:01	4:15	4	2:00	6	2:00	3.74	15:45	4:12	6	3:10	17
última vuelta Zie	1.30	5:26	4:10	3	0:56	5	0:56	5.00	21:11	4:14	6	4:06	8 4:06