



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Merrbach, Frank

Asociación: Friedrichroda

Dorsal: 301

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 35:13

velocidad: 17.04 km/h

rendimiento en carrera: 3:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 2 (de 103)

posición en el recorrido/Men: 2 (de 80)

mejor tiempo del recorrido: 31:54

posición en la categoría: 1(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	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men
vuelta 1	1.70	5:38	3:18	1	-	3	0:39	1.70	5:38	3:18	1	-	57	
vuelta 2	2.34	8:06	3:27	1	-	2	0:40	4.04	13:44	3:23	1	-	59	
vuelta 3	2.34	8:15	3:31	1	-	2	0:37	6.38	21:59	3:26	1	-	59	
vuelta 4	2.34	8:30	3:37	1	-	2	0:54	8.72	30:29	3:29	1	-	59	
última vuelta Zie	1.30	4:44	3:38	1	-	4	0:29	10.00	35:13	3:31	1	-	2	3:19