



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Syrbe, Rene

Asociación: KS Sportsworld

Dorsal: 309

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 40:44

velocidad: 14.73 km/h

rendimiento en carrera: 4:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 13 (de 103)

posición en el recorrido/Men: 13 (de 80)

mejor tiempo del recorrido: 31:54

posición en la categoría: 3(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 39:03

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men
vuelta 1	1.70	6:08	3:36	1	-	13	1:09	1.70	6:08	3:36	3		48	
vuelta 2	2.34	9:29	4:03	2	0:19	12	2:03	4.04	15:37	3:51	3	0:11	48	
vuelta 3	2.34	9:56	4:14	3	0:38	20	2:18	6.38	25:33	4:00	2	0:49	48	
vuelta 4	2.34	9:48	4:11	2	0:27	11	2:12	8.72	35:21	4:03	3	1:16	48	
última vuelta Zie	1.30	5:23	4:08	4	0:25	16	1:08	10.00	40:44	4:04	3	1:41	13	8:50