



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Ritter, Siegfried

Asociación: SSV Erfurt 02

Dorsal: 270

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 43:03

velocidad: 13.94 km/h

rendimiento en carrera: 4:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 25 (de 103)

posición en el recorrido/Men: 25 (de 80)

mejor tiempo del recorrido: 31:54

posición en la categoría: 1(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 43:03

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	6:46	3:58	1	-	30	1:47	1.70	6:46	3:58	1	-	66	
vuelta 2	2.34	10:09	4:20	1	-	29	2:43	4.04	16:55	4:11	1	-	77	
vuelta 3	2.34	10:17	4:23	2	0:03	25	2:39	6.38	27:12	4:15	1	-	77	
vuelta 4	2.34	10:13	4:21	1	-	22	2:37	8.72	37:25	4:17	1	-	77	
última vuelta Zie	1.30	5:38	4:20	1	-	22	1:23	10.00	43:03	4:18	1	-	25	11:09