



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

evaluación detallada

Kneise, Wolfram

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt
Dorsal: 227

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 45:03

velocidad: 13.32 km/h

rendimiento en carrera: 4:30 min/km

posición en el recorrido/Total: 35 (de 103)

posición en el recorrido/Men: 33 (de 80)

mejor tiempo del recorrido: 31:54

posición en la categoría: 5(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 35:13

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total score
				posición	categoría	Men				posición	categoría	Men	
vuelta 1	1.70	6:33	3:51	4	0:55	23	1:34	1.70	6:33	3:51	5	0:55	69
vuelta 2	2.34	10:32	4:30	5	2:26	34	3:06	4.04	17:05	4:13	5	3:21	68
vuelta 3	2.34	10:58	4:41	5	2:43	32	3:20	6.38	28:03	4:23	5	6:04	68
vuelta 4	2.34	10:53	4:39	5	2:23	29	3:17	8.72	38:56	4:27	5	8:27	68
última vuelta Zie	1.30	6:07	4:42	6	1:23	41	1:52	10.00	45:03	4:30	5	9:50	33 13:09