



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

evaluación detallada

Röder, Stefan

Asociación: MTB-Thüringen.de

Dorsal: 406

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 43:35

velocidad: 13.77 km/h

rendimiento en carrera: 4:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 34 (de 127)

posición en el recorrido/Men: 33 (de 105)

mejor tiempo del recorrido: 34:06

posición en la categoría: 4(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 39:25

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
vuelta 1	1.67	7:07	4:15	7	1:22	54	1:43	1.67	7:07	4:15	7	1:22	54	1:43
vuelta 2	2.35	10:18	4:22	4	1:12	39	2:16	4.02	17:25	4:19	6	2:34	47	3:59
vuelta 3	2.35	10:21	4:24	4	0:51	33	2:46	6.37	27:46	4:21	5	3:25	42	6:16
vuelta 4	2.35	10:10	4:19	3	0:29	26	2:03	8.72	37:56	4:21	4	3:54	35	8:19
última vuelta Zie	1.28	5:39	4:24	3	0:22	26	1:18	10.00	43:35	4:21	4	4:10	33	9:29