



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

evaluación detallada

Haefer, Dirk

Asociación: Dannheim

Dorsal: 410

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 48:59

velocidad: 12.25 km/h

rendimiento en carrera: 4:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 70 (de 127)

posición en el recorrido/Men: 66 (de 105)

mejor tiempo del recorrido: 34:06

posición en la categoría: 9(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 39:59

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	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	1.67	7:13	4:19	8	1:02	56	1:49	1.67	7:13	4:19	8	1:02	56	1:49
vuelta 2	2.35	11:00	4:40	8	1:39	59	2:58	4.02	18:13	4:31	8	2:41	57	4:47
vuelta 3	2.35	11:10	4:45	6	1:43	51	3:35	6.37	29:23	4:36	8	4:14	56	7:53
vuelta 4	2.35	12:26	5:17	10	2:54	82	4:19	8.72	41:49	4:47	9	7:07	62	12:12
última vuelta Zie	1.28	7:10	5:35	10	1:53	93	2:49	10.00	48:59	4:53	9	9:00	66	14:53