



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

evaluación detallada

Nehrig, Marko

Asociación: KS-Sportsworld

Dorsal: 357

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 49:47

velocidad: 12.05 km/h

rendimiento en carrera: 4:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 79 (de 127)

posición en el recorrido/Men: 75 (de 105)

mejor tiempo del recorrido: 34:06

posición en la categoría: 15(de 22)

mejor tiempo en la categoría: 35:59

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		
				Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men
vuelta 1	1.67	8:14	4:55	19	2:45	90	2:50	1.67	8:14	4:55	19	2:45	90	2:50
vuelta 2	2.35	11:47	5:00	18	3:24	85	3:45	4.02	20:01	4:58	18	6:09	87	6:35
vuelta 3	2.35	11:50	5:02	14	3:10	72	4:15	6.37	31:51	5:00	16	9:19	85	10:21
vuelta 4	2.35	11:48	5:01	13	3:10	68	3:41	8.72	43:39	5:00	15	12:29	80	14:02
última vuelta Zie	1.28	6:08	4:47	10	1:19	52	1:47	10.00	49:47	4:58	15	13:48	75	15:41