



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

evaluación detallada

Moldenhauer, Frank

Asociación: Ilmenau

Dorsal: 354

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 54:49

velocidad: 10.95 km/h

rendimiento en carrera: 5:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 109 (de 127)

posición en el recorrido/Men: 98 (de 105)

mejor tiempo del recorrido: 34:06

posición en la categoría: 10(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 41:26

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
vuelta 1	1.67	8:22	5:00	10	1:49	97	1.67	8:22	5:00	10	1:49	97	2:58	
vuelta 2	2.35	13:10	5:36	11	3:30	102	4.02	21:32	5:21	10	5:19	99	8:06	
vuelta 3	2.35	13:24	5:42	10	3:39	99	6.37	34:56	5:29	10	8:58	100	13:26	
vuelta 4	2.35	13:39	5:48	10	3:45	99	8.72	48:35	5:34	10	12:43	100	18:58	
última vuelta Zie	1.28	6:14	4:52	8	0:45	57	10.00	54:49	5:28	10	13:23	98	20:43	