



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

evaluación detallada

Wolfig, Uwe

Asociación: Plaue

Dorsal: 285

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 45:35

velocidad: 13.16 km/h

rendimiento en carrera: 4:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 29 (de 84)

posición en el recorrido/Men: 27 (de 61)

mejor tiempo del recorrido: 37:26

posición en la categoría: 4(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 41:22

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		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
			Men	Men	Men				Men	Men	Men			
vuelta 1	1.67	7:15	4:20	4	0:28	27	1:14	1.67	7:15	4:20	4	0:28	27	1:14
vuelta 2	2.35	10:49	4:36	4	1:07	30	1:49	4.02	18:04	4:29	4	1:31	29	2:58
vuelta 3	2.35	10:56	4:39	4	1:14	28	1:58	6.37	29:00	4:33	4	2:45	29	4:47
vuelta 4	2.35	10:54	4:38	3	0:59	25	2:02	8.72	39:54	4:34	4	3:44	28	6:48
última vuelta Zie	1.28	5:41	4:26	4	0:29	24	1:21	10.00	45:35	4:33	4	4:13	27	8:09