



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

evaluación detallada

Seever, Thorsten

Asociación: SG Motor Arnstadt

Dorsal: 237

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 47:19

velocidad: 12.68 km/h

rendimiento en carrera: 4:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 35 (de 84)

posición en el recorrido/Men: 33 (de 61)

mejor tiempo del recorrido: 37:26

posición en la categoría: 6(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	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	7:20	4:23	5	0:33	30	1:19	1.67	7:20	4:23	5	0:33	30	1:19
vuelta 2	2.35	11:01	4:41	6	1:19	33	2:01	4.02	18:21	4:33	5	1:48	31	3:15
vuelta 3	2.35	11:25	4:51	6	1:43	33	2:27	6.37	29:46	4:40	5	3:31	32	5:33
vuelta 4	2.35	11:41	4:58	6	1:46	35	2:49	8.72	41:27	4:45	6	5:17	33	8:21
última vuelta Zie	1.28	5:52	4:34	6	0:40	31	1:32	10.00	47:19	4:43	6	5:57	33	9:53