



26. Arnstädter Citylauf
Arnstadt / 30.04.2016

evaluación detallada

Machatschek, Frank

Asociación: ohne
Dorsal: 225

recorrido: 10.00 km
Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 51:05

velocidad: 11.75 km/h
rendimiento en carrera: 5:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 54 (de 84)
posición en el recorrido/Men: 46 (de 61)
mejor tiempo del recorrido: 37:26

posición en la categoría: 3(de 5)
mejor tiempo en la categoría: 41:40

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 | 7:47 | 4:39 | 3 | 1:11 | 45 | 1:46 | 1.67 | 7:47 | 4:39 | 3 | 1:11 | 45 | 1:46 |
| vuelta 2 | 2.35 | 11:58 | 5:05 | 3 | 2:17 | 47 | 2:58 | 4.02 | 19:45 | 4:54 | 3 | 3:28 | 46 | 4:39 |
| vuelta 3 | 2.35 | 12:15 | 5:12 | 3 | 2:14 | 47 | 3:17 | 6.37 | 32:00 | 5:01 | 3 | 5:42 | 46 | 7:47 |
| vuelta 4 | 2.35 | 12:26 | 5:17 | 3 | 2:26 | 46 | 3:34 | 8.72 | 44:26 | 5:05 | 3 | 8:08 | 45 | 11:20 |
| última vuelta Zie | 1.28 | 6:39 | 5:11 | 3 | 1:17 | 48 | 2:19 | 10.00 | 51:05 | 5:06 | 3 | 9:25 | 46 | 13:39 |