



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

evaluación detallada

Bogen, Norman

Asociación: LT Altenburg

Dorsal: 291

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 52:26

velocidad: 11.44 km/h

rendimiento en carrera: 5:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 61 (de 84)

posición en el recorrido/Men: 50 (de 61)

mejor tiempo del recorrido: 37:26

posición en la categoría: 5 (de 5)

mejor tiempo en la categoría: 41:36

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	1.67	7:47	4:39	5	1:10	45	1:46	1.67	7:47	4:39	5	1:10	45	1:46
vuelta 2	2.35	12:13	5:11	5	2:23	50	3:13	4.02	20:00	4:58	5	3:33	48	4:54
vuelta 3	2.35	12:31	5:19	5	2:41	49	3:33	6.37	32:31	5:06	5	6:14	48	8:18
vuelta 4	2.35	13:00	5:31	5	3:02	52	4:08	8.72	45:31	5:13	5	9:16	50	12:25
última vuelta Zie	1.28	6:55	5:24	5	1:34	52	2:35	10.00	52:26	5:14	5	10:50	50	15:00