



## 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

### evaluación detallada

**Lehouchu, Nicholas**

Asociación: N3 Engine Overhaul Services

Dorsal: 223

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 53:34

velocidad: 11.20 km/h

rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 65 (de 84)

posición en el recorrido/Men: 53 (de 61)

mejor tiempo del recorrido: 37:26

posición en la categoría: 13(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 40:05

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
vuelta 1	1.67	8:16	4:57	12	2:15	53	2:15	1.67	8:16	4:57	12	2:15	53	2:15
vuelta 2	2.35	12:31	5:19	13	3:19	55	3:31	4.02	20:47	5:10	13	5:34	54	5:41
vuelta 3	2.35	13:04	5:33	13	3:26	57	4:06	6.37	33:51	5:18	13	9:00	54	9:38
vuelta 4	2.35	13:01	5:32	12	3:09	53	4:09	8.72	46:52	5:22	13	12:09	54	13:46
última vuelta Zie	1.28	6:42	5:14	12	1:49	49	2:22	10.00	53:34	5:21	13	13:29	53	16:08