



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

evaluación detallada

Täntzer, Ralph

Asociación: OVB Wipfratal

Dorsal: 238

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 53:37

velocidad: 11.19 km/h

rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 66 (de 84)

posición en el recorrido/Men: 54 (de 61)

mejor tiempo del recorrido: 37:26

posición en la categoría: 8(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 categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
vuelta 1	1.67	8:05	4:50	8	1:18	50	2:04	1.67	8:05	4:50	8	1:18	50	2:04
vuelta 2	2.35	12:16	5:13	8	2:34	51	3:16	4.02	20:21	5:03	8	3:48	49	5:15
vuelta 3	2.35	12:57	5:30	8	3:15	54	3:59	6.37	33:18	5:13	8	7:03	51	9:05
vuelta 4	2.35	13:19	5:39	8	3:24	57	4:27	8.72	46:37	5:20	8	10:27	53	13:31
última vuelta Zie	1.28	7:00	5:28	8	1:48	56	2:40	10.00	53:37	5:21	8	12:15	54	16:11