



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

evaluación detallada

Henelhaupt, Thorsten

Asociación: Sv-Ichtherhausen

Dorsal: 156

recorrido: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 21:24

velocidad: 14.02 km/h

rendimiento en carrera: 4:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 7 (de 56)

posición en el recorrido/Men: 7 (de 36)

mejor tiempo del recorrido: 19:26

posición en la categoría: 2(de 5)

mejor tiempo en la categoría: 21:16

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	1.38	5:47	4:11	2	0:12	11	0:23	1.38	5:47	4:11	2	0:12	11	0:23
vuelta 2	2.34	10:08	4:19	1	-	6	0:56	3.72	15:55	4:16	2	0:11	7	1:18
última vuelta Zie	1.28	5:29	4:17	1	-	6	0:40	5.00	21:24	4:16	2	0:08	7	1:58