



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

evaluación detallada

Zeiger, Thomas

Asociación: katholische Laufjugend Arnstadt

Dorsal: 260

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 41:22

velocidad: 14.50 km/h

rendimiento en carrera: 4:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 9 (de 84)

posición en el recorrido/Men: 8 (de 61)

mejor tiempo del recorrido: 37:26

posición en la categoría: 1(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 41:22

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso Men	posición categoría	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso categoría	posición Men	retraso Men	
vuelta 1	1.67	6:51	4:06	3	0:04	19	0:50	1.67	6:51	4:06	3	0:04	19	0:50
vuelta 2	2.35	9:42	4:07	1	-	6	0:42	4.02	16:33	4:07	1	-	13	1:27
vuelta 3	2.35	9:42	4:07	1	-	4	0:44	6.37	26:15	4:07	1	-	7	2:02
vuelta 4	2.35	9:55	4:13	1	-	8	1:03	8.72	36:10	4:08	1	-	7	3:04
última vuelta Zie	1.28	5:12	4:03	1	-	5	0:52	10.00	41:22	4:08	1	-	8	3:56