



27. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2017

evaluación detallada

RÖDER, Stefan

Asociación: Die Schwenninger Krankenkasse

Dorsal: 224

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 40:01

velocidad: 14.99 km/h

rendimiento en carrera: 4:00 min/km

posición en el recorrido/Total: 8 (de 62)

posición en el recorrido/Men: 8 (de 45)

mejor tiempo del recorrido: 31:41

posición en la categoría: 2(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 36:06

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
			Men	Men	Men				Men	Men	Men			
vuelta 1	1.67	6:29	3:52	3	0:48	11	1:28	1.67	6:29	3:52	3	0:48	11	1:28
vuelta 2	2.35	9:24	4:00	2	0:56	6	1:54	4.02	15:53	3:57	2	1:44	8	3:22
vuelta 3	2.35	9:28	4:01	3	0:53	8	1:55	6.37	25:21	3:58	3	2:37	9	5:17
vuelta 4	2.35	9:34	4:04	2	0:56	6	2:02	8.72	34:55	4:00	2	3:33	8	7:19
última vuelta Ziel	1.28	5:06	3:59	3	0:22	7	1:01	10.00	40:01	4:00	2	3:55	8	8:20