



# 25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

## evaluación detallada

**Sczygiol, Maik**

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 160

recorrido: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 28:19

velocidad: 10.59 km/h

rendimiento en carrera: 5:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 35 (de 58)

posición en el recorrido/Men: 28 (de 39)

mejor tiempo del recorrido: 17:32

posición en la categoría: 7(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 17:32

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				cat	cat	Men	Men				cat	cat	Men	Men
vuelta 1	1.38	7:08	5:10	7	2:28	30	2:28	1.38	7:08	5:10	7	2:28	30	2:28
vuelta 2	2.34	13:31	5:46	7	5:17	27	5:38	3.72	20:39	5:33	7	7:45	30	7:45
última vuelta Zie	1.28	7:40	5:59	6	3:02	23	3:02	5.00	28:19	5:39	7	10:47	28	10:47