



# 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

## evaluación detallada

**Lampert, Maik**

Asociación: Feuerwer Arnstadt

Dorsal: 15

recorrido: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 17:59

velocidad: 10.01 km/h

rendimiento en carrera: 5:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 30 (de 39)

posición en el recorrido/Men: 15 (de 21)

mejor tiempo del recorrido: 11:59

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 17:59

## 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	1.72	9:45	5:40	1	-	14	2:43	1.72	9:45	5:40	1	-	14	2:43
última vuelta Zie	1.28	8:14	6:25	1	-	16	3:17	3.00	17:59	5:59	1	-	15	6:00