



# 28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

## evaluación detallada

**NAGEL, Benjamin**

Asociación: N3

Dorsal: 233

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 48:12

velocidad: 12.45 km/h

rendimiento en carrera: 4:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 29 (de 96)

posición en el recorrido/Men: 26 (de 62)

mejor tiempo del recorrido: 35:39

posición en la categoría: 6(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 38:27

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición	categoría	Men				posición	categoría	Men		
vuelta 1	1.67	7:15	4:20	6	1:20	25	1:44	1.67	7:15	4:20	6	1:20	25	1:44
vuelta 2	2.35	11:11	4:45	5	2:06	24	2:54	4.02	18:26	4:35	6	3:26	25	4:38
vuelta 3	2.35	11:38	4:57	7	2:29	26	3:07	6.37	30:04	4:43	6	5:55	25	7:45
vuelta 4	2.35	11:39	4:57	6	2:35	25	3:06	8.72	41:43	4:47	7	8:30	26	10:51
última vuelta Zie	1.28	6:29	5:03	6	1:15	25	1:42	10.00	48:12	4:49	6	9:45	26	12:33