



# 28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

## evaluación detallada

**Krämer, Sascha**

Asociación: Ilmenau

Dorsal: 293

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 48:22

velocidad: 12.41 km/h

rendimiento en carrera: 4:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 30 (de 96)

posición en el recorrido/Men: 27 (de 62)

mejor tiempo del recorrido: 35:39

posición en la categoría: 7(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 38:27

## 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	1.67	7:08	4:16	5	1:13	20	1:37	1.67	7:08	4:16	5	1:13	20	1:37
vuelta 2	2.35	11:13	4:46	6	2:08	25	2:56	4.02	18:21	4:33	5	3:21	24	4:33
vuelta 3	2.35	11:33	4:54	5	2:24	24	3:02	6.37	29:54	4:41	5	5:45	24	7:35
vuelta 4	2.35	11:40	4:57	7	2:36	26	3:07	8.72	41:34	4:46	5	8:21	24	10:42
última vuelta Zie	1.28	6:48	5:18	10	1:34	32	2:01	10.00	48:22	4:50	7	9:55	27	12:43