



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

evaluación detallada

HäFER, Dirk

Asociación: -

Dorsal: 216

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 50:20

velocidad: 11.92 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 32 (de 96)

posición en el recorrido/Men: 29 (de 62)

mejor tiempo del recorrido: 35:39

posición en la categoría: 5 (de 7)

mejor tiempo en la categoría: 42:22

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 | 7:51 | 4:42 | 6 | 1:29 | 33 | 2:20 | 1.67 | 7:51 | 4:42 | 6 | 1:29 | 33 | 2:20 |
| vuelta 2 | 2.35 | 11:18 | 4:48 | 5 | 1:21 | 28 | 3:01 | 4.02 | 19:09 | 4:45 | 6 | 2:44 | 31 | 5:21 |
| vuelta 3 | 2.35 | 11:48 | 5:01 | 5 | 1:45 | 28 | 3:17 | 6.37 | 30:57 | 4:51 | 5 | 4:25 | 28 | 8:38 |
| vuelta 4 | 2.35 | 12:36 | 5:21 | 6 | 2:26 | 37 | 4:03 | 8.72 | 43:33 | 4:59 | 5 | 6:51 | 28 | 12:41 |
| última vuelta Zie | 1.28 | 6:47 | 5:17 | 5 | 1:07 | 31 | 2:00 | 10.00 | 50:20 | 5:01 | 5 | 7:58 | 29 | 14:41 |