



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