



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

evaluación detallada

Bähr, Friedrich

Asociación: Traktor Rehestädt

Dorsal: 304

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 50:54

velocidad: 11.79 km/h

rendimiento en carrera: 5:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 34 (de 96)

posición en el recorrido/Men: 31 (de 62)

mejor tiempo del recorrido: 35:39

posición en la categoría: 9(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	retraso	posición	posición	retraso	retraso	posición	posición			
				Men	Men	Men	Men	km	tiempo	min/km	Men	Men	Men	Men
vuelta 1	1.67	7:58	4:46	10	2:03	34	2:27	1.67	7:58	4:46	10	2:03	34	2:27
vuelta 2	2.35	12:07	5:09	10	3:02	36	3:50	4.02	20:05	4:59	9	5:05	34	6:17
vuelta 3	2.35	12:50	5:27	12	3:41	44	4:19	6.37	32:55	5:10	10	8:46	37	10:36
vuelta 4	2.35	11:49	5:01	8	2:45	27	3:16	8.72	44:44	5:07	9	11:31	34	13:52
última vuelta Zie	1.28	6:10	4:49	3	0:56	18	1:23	10.00	50:54	5:05	9	12:27	31	15:15