



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

evaluación detallada

Rahn, Jürgen

Asociación: Karower Dachse

Dorsal: 262

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 53:42

velocidad: 11.17 km/h

rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 48 (de 96)

posición en el recorrido/Men: 43 (de 62)

mejor tiempo del recorrido: 35:39

posición en la categoría: 8(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 41:50

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | stage score | | | Total score | | | | | | | |
|-------------------|-------------|-----------------|------------------------|-------------|----------|----------|-------------|-----------------|-------------------|----------|----------|----------|---------|----------|
| | | | | retraso | posición | retraso | 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 | 8:43 | 5:13 | 9 | 2:25 | 48 | 3:12 | 1.67 | 8:43 | 5:13 | 9 | 2:25 | 48 | 3:12 |
| vuelta 2 | 2.35 | 12:33 | 5:20 | 8 | 2:59 | 42 | 4:16 | 4.02 | 21:16 | 5:17 | 9 | 5:24 | 43 | 7:28 |
| vuelta 3 | 2.35 | 12:43 | 5:24 | 9 | 2:39 | 43 | 4:12 | 6.37 | 33:59 | 5:20 | 9 | 8:03 | 45 | 11:40 |
| vuelta 4 | 2.35 | 12:48 | 5:26 | 7 | 2:39 | 42 | 4:15 | 8.72 | 46:47 | 5:21 | 9 | 10:42 | 44 | 15:55 |
| última vuelta Zie | 1.28 | 6:55 | 5:24 | 7 | 1:21 | 41 | 2:08 | 10.00 | 53:42 | 5:22 | 8 | 11:52 | 43 | 18:03 |