



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

evaluación detallada

Tänzer, Ralph

Asociación: OVB Branchewinda

Dorsal: 295

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 54:19

velocidad: 11.05 km/h

rendimiento en carrera: 5:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 50 (de 96)

posición en el recorrido/Men: 45 (de 62)

mejor tiempo del recorrido: 35:39

posición en la categoría: 9(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	8:09	4:52	8	1:51	37	2:38	1.67	8:09	4:52	8	1:51	37	2:38
vuelta 2	2.35	12:34	5:20	9	3:00	43	4:17	4.02	20:43	5:09	8	4:51	39	6:55
vuelta 3	2.35	12:37	5:22	8	2:33	42	4:06	6.37	33:20	5:13	8	7:24	39	11:01
vuelta 4	2.35	13:18	5:39	9	3:09	47	4:45	8.72	46:38	5:20	8	10:33	43	15:46
última vuelta Zie	1.28	7:41	6:00	9	2:07	54	2:54	10.00	54:19	5:25	9	12:29	45	18:40