



# 28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

## evaluación detallada

**Mender, Maik**

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 253

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 54:34

velocidad: 11.00 km/h

rendimiento en carrera: 5:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 51 (de 96)

posición en el recorrido/Men: 46 (de 62)

mejor tiempo del recorrido: 35:39

posición en la categoría: 13(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	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	7:50	4:41	9	1:55	32	2:19	1.67	7:50	4:41	9	1:55	32	2:19
vuelta 2	2.35	12:20	5:14	11	3:15	39	4:03	4.02	20:10	5:00	10	5:10	36	6:22
vuelta 3	2.35	13:08	5:35	14	3:59	46	4:37	6.37	33:18	5:13	11	9:09	38	10:59
vuelta 4	2.35	13:39	5:48	14	4:35	50	5:06	8.72	46:57	5:23	13	13:44	45	16:05
última vuelta Zie	1.28	7:37	5:57	14	2:23	51	2:50	10.00	54:34	5:27	13	16:07	46	18:55