



## 28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

### evaluación detallada

**HERDA, Michael**

Asociación: -

Dorsal: 111

recorrido: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 19:35

velocidad: 15.32 km/h

rendimiento en carrera: 3:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 3 (de 41)

posición en el recorrido/Men: 3 (de 29)

mejor tiempo del recorrido: 16:43

posición en la categoría: 1(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 19:35

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	retraso	posición	retraso	Total	Total	Total	posición	retraso	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men	km	tiempo	min/km	Men	Men	Men	Men
vuelta 1	1.38	4:57	3:35	1	-	3	0:31	1.38	4:57	3:35	1	-	3	0:31
vuelta 2	2.34	9:21	3:59	1	-	3	1:24	3.72	14:18	3:50	1	-	3	1:55
última vuelta Zie	1.28	5:17	4:07	1	-	3	0:57	5.00	19:35	3:54	1	-	3	2:52