



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

evaluación detallada

Jahn, Mirko

Asociación: SSV Erfurt Nord

Dorsal: 136

recorrido: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 23:22

velocidad: 12.84 km/h

rendimiento en carrera: 4:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 11 (de 41)

posición en el recorrido/Men: 11 (de 29)

mejor tiempo del recorrido: 16:43

posición en la categoría: 1(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 23:22

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	1.38	6:04	4:23	1	-	14	1:38	1.38	6:04	4:23	1	-	14	1:38
vuelta 2	2.34	11:13	4:47	1	-	10	3:16	3.72	17:17	4:38	1	-	12	4:54
última vuelta Zie	1.28	6:05	4:45	1	-	10	1:45	5.00	23:22	4:40	1	-	11	6:39