



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

evaluación detallada

Spilling, Jochen

Asociación: Holzhausen

Dorsal: 132

recorrido: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

tiempo total: 29:54

velocidad: 10.03 km/h

rendimiento en carrera: 5:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 32 (de 41)

posición en el recorrido/Men: 25 (de 29)

mejor tiempo del recorrido: 16:43

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 29:54

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 | Total retraso | | | |
| | | | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición |
| | | | Men | Men | Men | Men | Men | Men | Men | Men | Men | Men | Men | Men |
| vuelta 1 | 1.38 | 7:40 | 5:33 | 1 | - | 25 | 3:14 | 1.38 | 7:40 | 5:33 | 1 | - | 25 | 3:14 |
| vuelta 2 | 2.34 | 14:22 | 6:08 | 1 | - | 24 | 6:25 | 3.72 | 22:02 | 5:55 | 1 | - | 25 | 9:39 |
| última vuelta Zie | 1.28 | 7:52 | 6:08 | 1 | - | 22 | 3:32 | 5.00 | 29:54 | 5:58 | 1 | - | 25 | 13:11 |