



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

evaluación detallada

HAAK, Jörg

Asociación: -

Dorsal: 215

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 40:58

velocidad: 14.65 km/h

rendimiento en carrera: 4:06 min/km

posición en el recorrido/Total: 8 (de 96)

posición en el recorrido/Men: 7 (de 62)

mejor tiempo del recorrido: 35:39

posición en la categoría: 1(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 40:58

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	6:24	3:49	1	-	8	0:53	1.67	6:24	3:49	1	-	8	0:53
vuelta 2	2.35	9:23	3:59	1	-	6	1:06	4.02	15:47	3:55	1	-	6	1:59
vuelta 3	2.35	9:44	4:08	1	-	6	1:13	6.37	25:31	4:00	1	-	6	3:12
vuelta 4	2.35	9:52	4:11	1	-	6	1:19	8.72	35:23	4:03	1	-	6	4:31
última vuelta Zie	1.28	5:35	4:21	1	-	7	0:48	10.00	40:58	4:05	1	-	7	5:19