



## 28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

### evaluación detallada

**Mehr, Ralf**

Asociación: X-Runners Jena

Dorsal: 266

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 41:50

velocidad: 14.34 km/h

rendimiento en carrera: 4:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 9 (de 96)

posición en el recorrido/Men: 8 (de 62)

mejor tiempo del recorrido: 35:39

posición en la categoría: 1(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 41:50

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men
vuelta 1	1.67	6:18	3:46	1	-	6	0:47	1.67	6:18	3:46	1	-	6	0:47
vuelta 2	2.35	9:34	4:04	1	-	7	1:17	4.02	15:52	3:56	1	-	7	2:04
vuelta 3	2.35	10:04	4:17	1	-	8	1:33	6.37	25:56	4:04	1	-	7	3:37
vuelta 4	2.35	10:09	4:19	1	-	7	1:36	8.72	36:05	4:08	1	-	7	5:13
última vuelta Ziel	1.28	5:45	4:29	4	0:11	13	0:58	10.00	41:50	4:11	1	-	8	6:11