



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

evaluación detallada

Röder, Stefan

Asociación: Die Schwenninger Krankenkasse

Dorsal: 36

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 41:29

velocidad: 14.46 km/h

rendimiento en carrera: 4:09 min/km

posición en el recorrido/Total: 7 (de 72)

posición en el recorrido/Men: 7 (de 57)

mejor tiempo del recorrido: 36:38

posición en la categoría: 1(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 41:29

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	6:16	3:45	1	-	6	0:28	1.67	6:16	3:45	1	-	6	0:28
vuelta 2	2.35	9:35	4:04	1	-	7	1:00	4.02	15:51	3:56	1	-	7	1:28
vuelta 3	2.35	9:58	4:14	1	-	7	1:17	6.37	25:49	4:03	1	-	7	2:45
vuelta 4	2.35	10:01	4:15	1	-	6	1:20	8.72	35:50	4:06	1	-	7	4:05
última vuelta Zie	1.28	5:39	4:24	1	-	6	0:53	10.00	41:29	4:08	1	-	7	4:51