



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

evaluación detallada

Reif, Bernd

Asociación: Laufcombo Reif

Dorsal: 34

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 43:31

velocidad: 13.79 km/h

rendimiento en carrera: 4:21 min/km

posición en el recorrido/Total: 10 (de 72)

posición en el recorrido/Men: 9 (de 57)

mejor tiempo del recorrido: 36:38

posición en la categoría: 1(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 43:31

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	6:36	3:57	1	-	9	0:48	1	-	9	0:48	1	-	9
vuelta 2	2.35	10:01	4:15	1	-	9	1:26	4.02	16:37	4:08	1	-	9	2:14
vuelta 3	2.35	10:18	4:22	1	-	9	1:37	6.37	26:55	4:13	1	-	9	3:51
vuelta 4	2.35	10:39	4:31	2	0:02	10	1:58	8.72	37:34	4:18	1	-	9	5:49
última vuelta Zie	1.28	5:57	4:38	3	0:09	17	1:11	10.00	43:31	4:21	1	-	9	6:53