



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

evaluación detallada

Esche, Sebastian

Asociación: Physiotherapie Praxis Schmidt

Dorsal: 7

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 47:03

velocidad: 12.75 km/h

rendimiento en carrera: 4:42 min/km

posición en el recorrido/Total: 27 (de 72)

posición en el recorrido/Men: 25 (de 57)

mejor tiempo del recorrido: 36:38

posición en la categoría: 5(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 37:34

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
			Men	Men	Men				Men	Men	Men			
vuelta 1	1.67	7:09	4:16	5	1:06	27	1:21	1.67	7:09	4:16	5	1:06	27	1:21
vuelta 2	2.35	10:47	4:35	4	1:59	25	2:12	4.02	17:56	4:27	4	3:05	25	3:33
vuelta 3	2.35	11:11	4:45	5	2:08	23	2:30	6.37	29:07	4:34	4	5:13	26	6:03
vuelta 4	2.35	11:28	4:52	5	2:34	24	2:47	8.72	40:35	4:39	4	7:47	24	8:50
última vuelta Zie	1.28	6:28	5:03	7	1:42	33	1:42	10.00	47:03	4:42	5	9:29	25	10:25