



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

evaluación detallada

Mender, Maik

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 28

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 48:42

velocidad: 12.32 km/h

rendimiento en carrera: 4:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 34 (de 72)

posición en el recorrido/Men: 31 (de 57)

mejor tiempo del recorrido: 36:38

posición en la categoría: 7(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 37:12

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
vuelta 1	1.67	7:24	4:25	7	1:35	34	1:36	1.67	7:24	4:25	7	1:35	34	1:36
vuelta 2	2.35	11:27	4:52	8	2:47	34	2:52	4.02	18:51	4:41	8	4:22	34	4:28
vuelta 3	2.35	11:38	4:57	6	2:44	29	2:57	6.37	30:29	4:47	8	7:06	33	7:25
vuelta 4	2.35	11:52	5:02	7	2:50	30	3:11	8.72	42:21	4:51	7	9:56	32	10:36
última vuelta Zie	1.28	6:21	4:57	7	1:34	29	1:35	10.00	48:42	4:52	7	11:30	31	12:04