



# 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

## evaluación detallada

**Herda, Marcus**

Asociación: Fes Bahntechnik

Dorsal: 312

recorrido: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 15:11

velocidad: 11.86 km/h

rendimiento en carrera: 5:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 15 (de 45)

posición en el recorrido/Men: 12 (de 22)

mejor tiempo del recorrido: 10:38

posición en la categoría: 1(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 15:11

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total	Total	Total	posición	retraso	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men	km	tiempo	min/km	Men	Men	Men	Men
vuelta 1	1.72	8:33	4:58	1	-	13	2:29	1.72	8:33	4:58	1	-	13	2:29
última vuelta Zie	1.28	6:38	5:10	1	-	12	2:04	3.00	15:11	5:03	1	-	12	4:33