



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

evaluación detallada

Marquardt, Christian

Asociación: SV Motor Königsee

Dorsal: 208

recorrido: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 20:32

velocidad: 14.61 km/h

rendimiento en carrera: 4:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 8 (de 52)

posición en el recorrido/Men: 8 (de 34)

mejor tiempo del recorrido: 18:08

posición en la categoría: 1(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 20:32

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	1.38	4:52	3:31	1	-	3	0:20	1.38	4:52	3:31	1	-	3	0:20
vuelta 2	2.34	10:01	4:16	1	-	9	1:21	3.72	14:53	4:00	1	-	5	1:41
última vuelta Zie	1.28	5:39	4:24	1	-	10	0:43	5.00	20:32	4:06	1	-	8	2:24