



## 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 km	Total tiempo	Total posición	Total retraso			
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
			Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	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