



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

evaluación detallada

Senglaub, Arvid

tiempo total: 22:04

Asociación: Die flinken Gerataler/ TSV 1880 Elgersberg

velocidad: 13.60 km/h

Dorsal: 178

rendimiento en carrera: 4:25 min/km

recorrido: 5.00 km

posición en el recorrido/Total: 11 (de 52)

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

posición en el recorrido/Men: 11 (de 34)

mejor tiempo del recorrido: 18:08

categoría:

posición en la categoría: 1(de 3)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 22:04

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				categoría	Men	categoría	Men				categoría	Men		
vuelta 1	1.38	5:28	3:57	1	-	11	0:56	1.38	5:28	3:57	1	-	11	0:56
vuelta 2	2.34	10:42	4:34	1	-	11	2:02	3.72	16:10	4:20	1	-	10	2:58
última vuelta Zie	1.28	5:54	4:36	1	-	11	0:58	5.00	22:04	4:24	1	-	11	3:56