



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

evaluación detallada

Gundermann, Jens

Asociación: RunningBros Coburg

Dorsal: 153

recorrido: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 26:17

velocidad: 11.41 km/h

rendimiento en carrera: 5:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 23 (de 52)

posición en el recorrido/Men: 21 (de 34)

mejor tiempo del recorrido: 18:08

posición en la categoría: 2(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 25:16

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			retraso Men
				cat	cat	Men					cat	cat	Men	
vuelta 1	1.38	6:06	4:25	1	-	20	1:34	1.38	6:06	4:25	1	-	20	1:34
vuelta 2	2.34	13:16	5:40	3	1:23	28	4:36	3.72	19:22	5:12	2	0:23	21	6:10
última vuelta Zie	1.28	6:55	5:24	3	0:38	22	1:59	5.00	26:17	5:15	2	1:01	21	8:09