



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

evaluación detallada

Prasser, Niels

Asociación: SG Motor Arnstadt

Dorsal: 190

recorrido: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 26:35

velocidad: 11.29 km/h

rendimiento en carrera: 5:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 27 (de 52)

posición en el recorrido/Men: 25 (de 34)

mejor tiempo del recorrido: 18:08

posición en la categoría: 2(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 22:04

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score								
				retraso	posición	retraso	Total	Total	Total	posición	retraso	posición	retraso		
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	retraso	posición	retraso	Men	Men	Men
vuelta 1	1.38	6:46	4:54	2	1:18	23	2:14	1.38	6:46	4:54	2	1:18	23	2:14	
vuelta 2	2.34	12:43	5:26	2	2:01	23	4:03	3.72	19:29	5:14	2	3:19	22	6:17	
última vuelta Zie	1.28	7:06	5:32	2	1:12	24	2:10	5.00	26:35	5:18	2	4:31	25	8:27	