



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

evaluación detallada

Adelmann, Mathias

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 151

recorrido: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 31:22

velocidad: 9.56 km/h

rendimiento en carrera: 6:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 42 (de 52)

posición en el recorrido/Men: 31 (de 34)

mejor tiempo del recorrido: 18:08

posición en la categoría: 3(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 22:04

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
vuelta 1	1.38	6:53	4:59	3	1:25	24	2:21	1.38	6:53	4:59	3	1:25	24	2:21
vuelta 2	2.34	14:00	5:58	3	3:18	31	5:20	3.72	20:53	5:36	3	4:43	31	7:41
última vuelta Zie	1.28	10:29	8:11	3	4:35	32	5:33	5.00	31:22	6:16	3	9:18	31	13:14