



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

evaluación detallada

Freitag, Roman

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt

Dorsal: 10

recorrido: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 37:12

velocidad: 16.13 km/h

rendimiento en carrera: 3:43 min/km

posición en el recorrido/Total: 2 (de 72)

posición en el recorrido/Men: 2 (de 57)

mejor tiempo del recorrido: 36:38

posición en la categoría: 1(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 37:12

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso			
			retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso
			retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso
vuelta 1	1.67	5:49	3:28	1	-	2	0:01	1.67	5:49	3:28	1	-	2	0:01
vuelta 2	2.35	8:40	3:41	1	-	2	0:05	4.02	14:29	3:36	1	-	2	0:06
vuelta 3	2.35	8:54	3:47	1	-	2	0:13	6.37	23:23	3:40	1	-	2	0:19
vuelta 4	2.35	9:02	3:50	1	-	3	0:21	8.72	32:25	3:43	1	-	2	0:40
última vuelta Zie	1.28	4:47	3:44	1	-	2	0:01	10.00	37:12	3:43	1	-	2	0:34