



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

evaluación detallada

Krainhöfner, Florian

Asociación: X-Runners Jena e.V

Dorsal: 336

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 38:41

velocidad: 15.51 km/h

rendimiento en carrera: 3:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 5 (de 66)

posición en el recorrido/Men: 5 (de 48)

mejor tiempo del recorrido: 36:19

posición en la categoría: 1(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 38:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men
vuelta 1	1.67	6:07	3:39	1	-	5	0:19	1.67	6:07	3:39	1	-	5	0:19
vuelta 2	2.35	9:18	3:57	1	-	5	0:49	4.02	15:25	3:50	1	-	5	1:07
vuelta 3	2.35	9:13	3:55	1	-	5	0:37	6.37	24:38	3:52	1	-	5	1:44
vuelta 4	2.35	9:12	3:54	1	-	5	0:23	8.72	33:50	3:52	1	-	5	2:06
última vuelta Zie	1.28	4:51	3:47	1	-	3	0:16	10.00	38:41	3:52	1	-	5	2:22