



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

evaluación detallada

Álvarez, Oscar Emiliano

Asociación: Ilmenau

Dorsal: 302

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 46:34

velocidad: 12.88 km/h

rendimiento en carrera: 4:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 18 (de 66)

posición en el recorrido/Men: 17 (de 48)

mejor tiempo del recorrido: 36:19

posición en la categoría: 2(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 38:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	retraso	retraso	Total	Total	Total					
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso					
			Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men					
vuelta 1	1.67	6:41	4:00	2	0:34	11	0:53	1.67	6:41	4:00	2	0:34	11	0:53
vuelta 2	2.35	10:42	4:33	2	1:24	13	2:13	4.02	17:23	4:19	2	1:58	12	3:05
vuelta 3	2.35	11:20	4:49	2	2:07	17	2:44	6.37	28:43	4:30	2	4:05	13	5:49
vuelta 4	2.35	11:34	4:55	2	2:22	23	2:45	8.72	40:17	4:37	2	6:27	16	8:33
última vuelta Zie	1.28	6:17	4:54	2	1:26	23	1:42	10.00	46:34	4:39	2	7:53	17	10:15