



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

evaluación detallada

Hahnemann, Norbert

Asociación: SG Motor Arnstadt

Dorsal: 164

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

tiempo total: 55:03

velocidad: 10.90 km/h

rendimiento en carrera: 5:30 min/km

posición en el recorrido/Total: 51 (de 68)

posición en el recorrido/Men: 41 (de 52)

mejor tiempo del recorrido: 36:20

posición en la categoría: 2(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 48:19

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men
				retraso	posición	Men				retraso	posición	Men	
vuelta 1	1.67	8:17	4:57	2	1:02	44	1.67	8:17	4:57	2	1:02	44	2:39
vuelta 2	2.35	13:09	5:35	2	1:43	45	4.02	21:26	5:19	2	2:45	44	7:06
vuelta 3	2.35	13:07	5:34	2	1:31	40	6.37	34:33	5:25	2	4:16	43	11:33
vuelta 4	2.35	13:15	5:38	2	1:35	42	8.72	47:48	5:28	2	5:51	42	16:06
última vuelta Zie	1.28	7:15	5:39	2	0:53	40	10.00	55:03	5:30	2	6:44	41	18:43