



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## evaluación detallada

**Richter, Christian**

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 183

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:00:09

velocidad: 9.98 km/h

rendimiento en carrera: 6:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 58 (de 68)

posición en el recorrido/Men: 47 (de 52)

mejor tiempo del recorrido: 36:20

posición en la categoría: 7(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 41:11

## 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	Total Men
				retraso	posición	categoría				retraso	posición	categoría		
vuelta 1	1.67	9:13	5:31	7	3:00	48	3:35	1.67	9:13	5:31	7	3:00	48	3:35
vuelta 2	2.35	14:07	6:00	7	4:31	47	5:25	4.02	23:20	5:48	7	7:31	47	9:00
vuelta 3	2.35	14:26	6:08	7	4:39	48	5:46	6.37	37:46	5:55	7	12:10	48	14:46
vuelta 4	2.35	14:14	6:03	7	4:09	47	5:32	8.72	52:00	5:57	7	16:19	47	20:18
última vuelta Zie	1.28	8:09	6:22	7	2:39	47	3:31	10.00	1:00:09	6:00	7	18:58	47	23:49