



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

evaluación detallada

Dudek, Harald

Asociación: Buchenläufer Arnstadt

Dorsal: 157

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Senioren M75 (75-79 Jahre)

tiempo total: 1:09:40

velocidad: 8.61 km/h

rendimiento en carrera: 6:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 67 (de 68)

posición en el recorrido/Men: 51 (de 52)

mejor tiempo del recorrido: 36:20

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 1:09:40

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
			Men	Men	Men				Men	Men	Men			
vuelta 1	1.67	9:32	5:42	1	-	51	3:54	1.67	9:32	5:42	1	-	51	3:54
vuelta 2	2.35	15:01	6:23	1	-	49	6:19	4.02	24:33	6:06	1	-	50	10:13
vuelta 3	2.35	17:02	7:14	1	-	51	8:22	6.37	41:35	6:31	1	-	50	18:35
vuelta 4	2.35	18:04	7:41	1	-	52	9:22	8.72	59:39	6:50	1	-	51	27:57
última vuelta Zie	1.28	10:01	7:49	1	-	51	5:23	10.00	1:09:40	6:58	1	-	51	33:20