



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## evaluación detallada

**Naue, Sacha**

Asociación: Weimar

Dorsal: 88

recorrido: 5.00 km

5-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 28:37

velocidad: 10.48 km/h

rendimiento en carrera: 5:43 min/km

posición en el recorrido/Total: 21 (de 30)

posición en el recorrido/Men: 15 (de 20)

mejor tiempo del recorrido: 20:08

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 28:37

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición	retraso	posición	retraso
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	1.38	7:19	5:18	1	-	19	1:50	1.38	7:19	5:18	1	-	19	1:50
vuelta 2	2.34	13:35	5:48	1	-	14	4:05	3.72	20:54	5:37	1	-	15	5:55
última vuelta Zie	1.28	7:43	6:01	1	-	16	2:34	5.00	28:37	5:43	1	-	15	8:29