



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## evaluación detallada

**Tiews, Sönke**

Asociación: FV Hochsprung mit Musik

Dorsal: 91

recorrido: 5.00 km

5-km-Lauf

categoría:

männliche Jugend U16 (14-15 Jahre)

tiempo total: 30:29

velocidad: 9.84 km/h

rendimiento en carrera: 6:06 min/km

posición en el recorrido/Total: 24 (de 30)

posición en el recorrido/Men: 18 (de 20)

mejor tiempo del recorrido: 20:08

posición en la categoría: 3(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 22:09

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
vuelta 1	1.38	7:09	5:10	3	1:25	14	1:40	1.38	7:09	5:10	3	1:25	14	1:40
vuelta 2	2.34	16:04	6:51	3	5:17	18	6:34	3.72	23:13	6:14	3	6:42	18	8:14
última vuelta Zie	1.28	7:16	5:40	3	1:38	11	2:07	5.00	30:29	6:05	3	8:20	18	10:21