



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

evaluación detallada

Sahl, Andreas

Asociación: RSV Adler Arnstadt

Dorsal: 211

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

tiempo total: 46:20

velocidad: 12.95 km/h

rendimiento en carrera: 4:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 19 (de 68)

posición en el recorrido/Men: 18 (de 52)

mejor tiempo del recorrido: 36:20

posición en la categoría: 1(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 46:20

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	1.67	6:55	4:08	1	-	15	1:17	1.67	6:55	4:08	1	-	15	1:17
vuelta 2	2.35	10:43	4:33	1	-	15	2:01	4.02	17:38	4:23	1	-	15	3:18
vuelta 3	2.35	10:58	4:40	1	-	16	2:18	6.37	28:36	4:29	1	-	16	5:36
vuelta 4	2.35	11:26	4:51	1	-	20	2:44	8.72	40:02	4:35	1	-	18	8:20
última vuelta Zie	1.28	6:18	4:55	1	-	22	1:40	10.00	46:20	4:38	1	-	18	10:00