



# 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	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				km	tiempo	min/km	categoría
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