



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

evaluación detallada

Wolfig, Uwe

Asociación: Plaue

Dorsal: 215

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 50:17

velocidad: 11.93 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 31 (de 68)

posición en el recorrido/Men: 28 (de 52)

mejor tiempo del recorrido: 36:20

posición en la categoría: 4(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 40:39

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 | 7:30 | 4:29 | 4 | 1:30 | 31 | 1:52 | 1.67 | 7:30 | 4:29 | 4 | 1:30 | 31 | 1:52 |
| vuelta 2 | 2.35 | 11:47 | 5:00 | 4 | 2:23 | 28 | 3:05 | 4.02 | 19:17 | 4:47 | 4 | 3:53 | 31 | 4:57 |
| vuelta 3 | 2.35 | 12:06 | 5:08 | 4 | 2:20 | 31 | 3:26 | 6.37 | 31:23 | 4:55 | 4 | 6:13 | 28 | 8:23 |
| vuelta 4 | 2.35 | 12:12 | 5:11 | 3 | 2:16 | 28 | 3:30 | 8.72 | 43:35 | 4:59 | 4 | 8:29 | 28 | 11:53 |
| última vuelta Zie | 1.28 | 6:42 | 5:14 | 4 | 1:09 | 31 | 2:04 | 10.00 | 50:17 | 5:01 | 4 | 9:38 | 28 | 13:57 |