



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

evaluación detallada

Furch, Norbert

Asociación: Die Bügeleisenbande

Dorsal: 160

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 50:27

velocidad: 11.89 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 32 (de 68)

posición en el recorrido/Men: 29 (de 52)

mejor tiempo del recorrido: 36:20

posición en la categoría: 3(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 40:31

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
vuelta 1	1.67	8:12	4:54	3	2:04	42	1.67	8:12	4:54	3	2:04	42	2:34	
vuelta 2	2.35	11:58	5:05	3	2:28	34	4.02	20:10	5:00	3	4:32	36	5:50	
vuelta 3	2.35	11:56	5:04	3	2:17	26	6.37	32:06	5:02	3	6:49	36	9:06	
vuelta 4	2.35	12:02	5:07	3	2:09	26	8.72	44:08	5:03	3	8:58	30	12:26	
última vuelta Zie	1.28	6:19	4:56	3	0:58	23	10.00	50:27	5:02	3	9:56	29	14:07	