



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

evaluación detallada

Nimmow, Marvin

Asociación: R~~W~~DE

Dorsal: 204

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 53:43

velocidad: 11.17 km/h

rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 46 (de 68)

posición en el recorrido/Men: 38 (de 52)

mejor tiempo del recorrido: 36:20

posición en la categoría: 2(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 41:22

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
				Men	Men	Men	Men				Men	Men		
vuelta 1	1.67	8:04	4:49	2	2:13	36	2:26	1.67	8:04	4:49	2	2:13	36	2:26
vuelta 2	2.35	12:41	5:23	2	2:56	39	3:59	4.02	20:45	5:09	2	5:09	39	6:25
vuelta 3	2.35	13:14	5:37	3	3:16	43	4:34	6.37	33:59	5:20	2	8:25	40	10:59
vuelta 4	2.35	13:00	5:31	2	2:46	38	4:18	8.72	46:59	5:23	2	11:11	40	15:17
última vuelta Ziel	1.28	6:44	5:15	2	1:10	33	2:06	10.00	53:43	5:22	2	12:21	38	17:23