



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

evaluación detallada

Andy Lüdecke

Asociación: N3 Sportverein e.V.

Dorsal: 232

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf (A-B-C Cup)

categoría:

Senioren M40 (40-44) L

tiempo total: 46:15

velocidad: 12.97 km/h

rendimiento en carrera: 4:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 14 (de 67)

posición en el recorrido/Men: 12 (de 42)

mejor tiempo del recorrido: 39:22

posición en la categoría: 5(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 41:39

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 |
| Hammerecke | 1.67 | 6:39 | 3:58 | 2 | 0:08 | 7 | 0:35 | 1.67 | 6:39 | 3:58 | 2 | 0:08 | 7 | 0:35 |
| Hammerecke | 2.35 | 10:37 | 4:31 | 3 | 0:59 | 10 | 1:21 | 4.02 | 17:16 | 4:17 | 3 | 1:07 | 10 | 1:56 |
| control | 2.35 | 11:16 | 4:47 | 5 | 1:14 | 13 | 1:53 | 6.37 | 28:32 | 4:28 | 3 | 2:21 | 10 | 3:49 |
| control | 2.35 | 11:30 | 4:53 | 7 | 1:21 | 15 | 1:59 | 8.72 | 40:02 | 4:35 | 4 | 3:42 | 11 | 5:48 |
| Ziel | 1.28 | 6:13 | 4:51 | 6 | 0:54 | 15 | 1:05 | 10.00 | 46:15 | 4:37 | 5 | 4:36 | 12 | 6:53 |