



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

evaluación detallada

Sebastian Meyer

Dorsal: 235

recorrido: 10.00 km

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

categoría:

Senioren M45 (45-49) L

tiempo total: 45:43

velocidad: 13.12 km/h

rendimiento en carrera: 4:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 12 (de 67)

posición en el recorrido/Men: 10 (de 42)

mejor tiempo del recorrido: 39:22

posición en la categoría: 3(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 41:36

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		
Hammerecke	1.67	6:54	4:07	3	0:23	11	0:50	1.67	6:54	4:07	3	0:23	11	0:50
Hammerecke	2.35	10:34	4:29	3	0:45	9	1:18	4.02	17:28	4:20	3	1:04	11	2:08
control	2.35	10:56	4:39	3	1:05	10	1:33	6.37	28:24	4:27	3	1:54	9	3:41
control	2.35	11:13	4:46	3	1:28	10	1:42	8.72	39:37	4:32	3	3:20	10	5:23
Ziel	1.28	6:06	4:45	3	0:47	13	0:58	10.00	45:43	4:34	3	4:07	10	6:21