



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

evaluación detallada

Jan Forkel

Asociación: Gauder-Schleife

Dorsal: 205

recorrido: 10.00 km

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

categoría:

Senioren M55 (55-59) L

tiempo total: 52:56

velocidad: 11.34 km/h

rendimiento en carrera: 5:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 34 (de 67)

posición en el recorrido/Men: 28 (de 42)

mejor tiempo del recorrido: 39:22

posición en la categoría: 5(de 5)

mejor tiempo en la categoría: 41:50

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	7:55	4:44	5	1:16	25	1:51	1.67	7:55	4:44	5	1:16	25	1:51
Hammerecke	2.35	12:08	5:09	5	2:18	28	2:52	4.02	20:03	4:59	5	3:34	26	4:43
control	2.35	12:43	5:24	5	2:42	28	3:20	6.37	32:46	5:08	5	6:16	28	8:03
control	2.35	13:01	5:32	5	3:03	29	3:30	8.72	45:47	5:15	5	9:19	28	11:33
Ziel	1.28	7:09	5:35	3	1:47	26	2:01	10.00	52:56	5:17	5	11:06	28	13:34