



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 |