



1. SPORTident Winter-Stundenlaufserie mit Musik (1. Lauf)

Arnstadt / 31.01.2024

evaluación detallada

Nils Rutkowski

Asociación: Blau-Weiss Meiningen

Dorsal: 24

recorrido: 0.35 km

Halbstundenlauf

categoría:

Senioren M60 (60-64) H

tiempo total: 28:59

velocidad: 12.32 km/h

rendimiento en carrera: 4:52 min/km

Laps: 17 (5.95 km)

posición en el recorrido/Men: 3 (de 14)

posición en la categoría: 1(de 4)

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	retraso	retraso	Total km	Total tiempo	Total min/km					
vuelta 1	0.35	1:36	4:34	1	-	1	-	0.35	1:36	4:34	1	-	1	-
vuelta 2	0.35	1:41	4:48	1	-	3	0:11	0.70	3:17	4:41	1	-	3	0:07
vuelta 3	0.35	1:43	4:54	1	-	4	0:09	1.05	5:00	4:45	1	-	3	0:16
vuelta 4	0.35	1:39	4:42	1	-	3	0:04	1.40	6:39	4:45	1	-	3	0:20
vuelta 5	0.35	1:41	4:48	1	-	3	0:04	1.75	8:20	4:45	1	-	2	0:24
vuelta 6	0.35	1:41	4:48	1	-	3	0:03	2.10	10:01	4:46	1	-	2	0:27
vuelta 7	0.35	1:40	4:45	1	-	3	0:01	2.45	11:41	4:46	1	-	2	0:28
vuelta 8	0.35	1:42	4:51	1	-	2	0:01	2.80	13:23	4:46	1	-	2	0:29
vuelta 9	0.35	1:43	4:54	1	-	3	0:05	3.15	15:06	4:47	1	-	2	0:34
vuelta 10	0.35	1:43	4:54	1	-	4	0:07	3.50	16:49	4:48	1	-	3	0:41
vuelta 11	0.35	1:45	5:00	1	-	3	0:12	3.85	18:34	4:49	1	-	3	0:53
vuelta 12	0.35	1:45	5:00	1	-	3	0:11	4.20	20:19	4:50	1	-	3	1:04
vuelta 13	0.35	1:46	5:02	1	-	4	0:07	4.55	22:05	4:51	1	-	3	1:11
vuelta 14	0.35	1:45	5:00	1	-	5	0:08	4.90	23:50	4:51	1	-	3	1:19
vuelta 15	0.35	1:44	4:57	1	-	5	0:09	5.25	25:34	4:52	1	-	3	1:28
vuelta 16	0.35	1:44	4:57	1	-	5	0:07	5.60	27:18	4:52	1	-	3	1:33
vuelta 17	0.35	1:41	4:48	1	-	5	0:08	5.95	28:59	4:52	1	-	3	1:38