



## 22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

### evaluación detallada

#### Seever, Thorsten

Asociación: SG Motor Arnstadt

Dorsal: 338

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 48:21

velocidad: 12.41 km/h

rendimiento en carrera: 04:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 30 (de 93)

posición en el recorrido/Men: 29 (de 79)

mejor tiempo del recorrido: 33:15

posición en la categoría: 5(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 40:42

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total score	
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
vuelta 1	1.29	5:17	4:05	6	0:35	25	1:04	1.29	5:17	4:05	6	61		
vuelta 2	2.08	9:16	4:27	6	1:04	26	4:50	3.37	14:33	4:19	6	48		
vuelta 3	2.08	10:20	4:58	5	1:52	35	5:54	5.45	24:53	4:33	5	3:27	59	
vuelta 4	2.08	10:45	5:10	6	2:04	36	6:19	7.53	35:38	4:43	5	5:31	59	
vuelta 5	2.08	10:56	5:15	6	2:13	37	10:56	9.61	46:34	4:50	5	7:37	58	
última vuelta me	0.41	1:47	4:20	3	0:03	12	0:18	10.00	48:21	4:50	5	7:39	29	15:06