



## 22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

### evaluación detallada

**Nehrig, Michael**

Asociación: Dornheim

Dorsal: 371

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 1:05:13

velocidad: 9.20 km/h

rendimiento en carrera: 06:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 74 (de 93)

posición en el recorrido/Men: 64 (de 79)

mejor tiempo del recorrido: 33:15

posición en la categoría: 10(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 41:25

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
vuelta 1	1.29	7:32	5:50	10	2:28	67	3:19	1.29	7:32	5:50	10	1:59	23	2:03
vuelta 2	2.08	12:57	6:13	10	4:34	69	8:31	3.37	20:29	6:04	10	5:37	24	4:44
vuelta 3	2.08	13:40	6:34	10	5:03	66	9:14	5.45	34:09	6:15	9	12:05	30	7:43
vuelta 4	2.08	14:52	7:08	10	6:04	64	10:26	7.53	49:01	6:30	9	18:09	29	10:56
vuelta 5	2.08	13:26	6:27	10	13:26	58	13:26	9.61	1:02:27	6:29	9	22:45	28	11:31
última vuelta me	0.41	2:46	6:44	9	1:03	58	1:17	10.00	1:05:13	6:31	10	23:48	64	31:58