



## 22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

### evaluación detallada

**Weist, Jürgen**

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt

Dorsal: 319

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:12:49

velocidad: 8.24 km/h

rendimiento en carrera: 07:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 79 (de 93)

posición en el recorrido/Men: 65 (de 79)

mejor tiempo del recorrido: 33:15

posición en la categoría: 7(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 41:22

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

| control          | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | retraso  |          |         | Total |        |         |      |     |       |     |       |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------|----------|---------|-------|--------|---------|------|-----|-------|-----|-------|
|                  |             |                 |                        | retraso  | posición | retraso | km    | tiempo | min/km  |      |     |       |     |       |
|                  |             |                 | retraso                | posición | retraso  | Men     | Men   | Men    | Men     | Men  | Men | Men   | Men |       |
| vuelta 1         | 1.29        | 7:50            | 6:04                   | 8        | 3:03     | 68      | 3:37  | 1.29   | 7:50    | 6:04 | 8   | 2:54  | 22  | 2:21  |
| vuelta 2         | 2.08        | 13:47           | 6:37                   | 8        | 5:40     | 71      | 9:21  | 3.37   | 21:37   | 6:24 | 8   | 8:13  | 22  | 5:52  |
| vuelta 3         | 2.08        | 14:37           | 7:01                   | 8        | 6:00     | 67      | 10:11 | 5.45   | 36:14   | 6:38 | 7   | 14:12 | 31  | 9:48  |
| vuelta 4         | 2.08        | 16:06           | 7:44                   | 8        | 7:19     | 66      | 11:40 | 7.53   | 52:20   | 6:56 | 7   | 21:31 | 31  | 14:15 |
| vuelta 5         | 2.08        | 17:02           | 8:11                   | 8        | 8:09     | 65      | 17:02 | 9.61   | 1:09:22 | 7:13 | 7   | 29:40 | 30  | 18:26 |
| última vuelta me | 0.41        | 3:27            | 8:24                   | 7        | 1:47     | 60      | 1:58  | 10.00  | 1:12:49 | 7:16 | 7   | 31:27 | 65  | 39:34 |