



## 22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

### evaluación detallada

Esche, Karsten

Asociación: LSV Lok Arnstadt

Dorsal: 173

recorrido: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 25:09

velocidad: 11.93 km/h

rendimiento en carrera: 05:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 26 (de 76)

posición en el recorrido/Men: 20 (de 45)

mejor tiempo del recorrido: 17:06

posición en la categoría: 5 (de 7)

mejor tiempo en la categoría: 17:06

### 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	0.44	1:50	4:09	5	0:23	16	0:23	0.44	1:50	4:09	5	0:23	42	
vuelta 2	2.08	9:30	4:34	5	2:38	17	2:38	2.52	11:20	4:29	5	3:01	42	
vuelta 3	2.08	11:22	5:27	5	4:04	20	4:04	4.60	22:42	4:56	5	7:05	41	
última vuelta me	0.41	2:27	5:58	5	0:58	35	1:03	5.00	25:09	5:01	5	8:03	20	8:03