



## 22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

### evaluación detallada

**Grimmenstein, Mike**

Asociación: sunways

Dorsal: 196

recorrido: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 30:17

velocidad: 9.91 km/h

rendimiento en carrera: 06:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 58 (de 76)

posición en el recorrido/Men: 39 (de 45)

mejor tiempo del recorrido: 17:06

posición en la categoría: 6(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 17:06

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
vuelta 1	0.44	2:31	5:43	6	1:04	36	0.44	2:31	5:43	6	1:04	4	0:15
vuelta 2	2.08	11:34	5:33	6	4:42	27	2.52	14:05	5:35	6	5:46	17	
vuelta 3	2.08	13:33	6:30	6	6:15	37	4.60	27:38	6:00	6	12:01	16	0:38
última vuelta me	0.41	2:39	6:27	6	1:10	42	5.00	30:17	6:03	6	13:11	39	13:11