



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

evaluación detallada

Gergs, Roy

Asociación: TV 1920 Ilmenau

Dorsal: 357

recorrido: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 44:04

velocidad: 13.62 km/h

rendimiento en carrera: 04:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 18 (de 93)

posición en el recorrido/Men: 17 (de 79)

mejor tiempo del recorrido: 33:15

posición en la categoría: 3(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 41:22

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	5:13	4:02	3	0:26	19	1:00	1.29	5:13	4:02	3	0:17	48
vuelta 2	2.08	8:41	4:10	3	0:34	15	4:15	3.37	13:54	4:07	3	0:30	39
vuelta 3	2.08	9:07	4:22	3	0:30	19	4:41	5.45	23:01	4:13	3	0:59	48
vuelta 4	2.08	9:24	4:31	3	0:37	19	4:58	7.53	32:25	4:18	3	1:36	48
vuelta 5	2.08	9:58	4:47	3	1:05	22	9:58	9.61	42:23	4:24	3	2:41	47
última vuelta me	0.41	1:41	4:06	2	0:01	7	0:12	10.00	44:04	4:24	3	2:42	17 10:49