



## 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

### evaluación detallada

**Zeiger, Thomas**

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt

Dorsal: 269

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 42:08

velocidad: 14.24 km/h

rendimiento en carrera: 4:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 21 (de 103)

posición en el recorrido/Men: 21 (de 80)

mejor tiempo del recorrido: 31:54

posición en la categoría: 4(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 39:07

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso min/km	stage score			Total score						
					posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso		
			Men	Men	Men	Men	Total km	Total tiempo	Total posición	Total retraso	Total posición	Total retraso	Total posición	Total retraso
vuelta 1	1.70	6:25	3:46	4	0:22	19	1:26	1.70	6:25	3:46	4	0:22	42	
vuelta 2	2.34	9:39	4:07	4	0:34	19	2:13	4.04	16:04	3:58	4	0:56	51	
vuelta 3	2.34	9:53	4:13	4	0:30	16	2:15	6.38	25:57	4:04	4	1:26	41	
vuelta 4	2.34	10:09	4:20	4	0:43	20	2:33	8.72	36:06	4:08	4	2:09	41	
última vuelta Zie	1.30	6:02	4:38	7	0:52	36	1:47	10.00	42:08	4:12	4	3:01	21	10:14