



## 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 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	1.70	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