



# 25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

## evaluación detallada

### Glock, Carsten

Asociación: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Dorsal: 420

recorrido: 10.00 km  
Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 43:01

velocidad: 13.95 km/h  
rendimiento en carrera: 4:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 31 (de 127)

posición en el recorrido/Men: 31 (de 105)

mejor tiempo del recorrido: 34:06

posición en la categoría: 8(de 22)

mejor tiempo en la categoría: 35:59

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	1.67	6:47	4:03	9	1:18	39	1:23	1.67	6:47	4:03	9	1:18	39	1:23
vuelta 2	2.35	10:11	4:19	9	1:48	34	2:09	4.02	16:58	4:13	9	3:06	37	3:32
vuelta 3	2.35	10:21	4:24	8	1:41	33	2:46	6.37	27:19	4:17	9	4:47	35	5:49
vuelta 4	2.35	10:11	4:19	7	1:33	27	2:04	8.72	37:30	4:18	8	6:20	31	7:53
última vuelta Ziel	1.28	5:31	4:18	7	0:42	22	1:10	10.00	43:01	4:18	8	7:02	31	8:55