



# 25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

## evaluación detallada

**Gerngross, Thomas**

Asociación: ThSV 1886 Geschwenda

Dorsal: 411

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 46:11

velocidad: 12.99 km/h

rendimiento en carrera: 4:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 52 (de 127)

posición en el recorrido/Men: 50 (de 105)

mejor tiempo del recorrido: 34:06

posición en la categoría: 9(de 13)

mejor tiempo en la categoría: 37:51

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
vuelta 1	1.67	6:31	3:54	5	0:44	27	1:07	1.67	6:31	3:54	5	0:44	27	1:07
vuelta 2	2.35	10:42	4:33	9	1:48	48	2:40	4.02	17:13	4:16	8	2:32	42	3:47
vuelta 3	2.35	11:19	4:48	9	1:54	58	3:44	6.37	28:32	4:28	9	4:26	48	7:02
vuelta 4	2.35	11:33	4:54	9	2:09	60	3:26	8.72	40:05	4:35	9	6:35	50	10:28
última vuelta Zie	1.28	6:06	4:45	8	1:45	50	1:45	10.00	46:11	4:37	9	8:20	50	12:05