



# 25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

## evaluación detallada

**Jacek, Grinholc**

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 174

recorrido: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

categoría:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 23:58

velocidad: 12.52 km/h

rendimiento en carrera: 4:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 22 (de 58)

posición en el recorrido/Men: 18 (de 39)

mejor tiempo del recorrido: 17:32

posición en la categoría: 2(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 22:37

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	1.38	5:55	4:17	2	0:25	17	1:15	1.38	5:55	4:17	2	0:25	17	1:15
vuelta 2	2.34	11:24	4:52	2	0:26	18	3:31	3.72	17:19	4:39	2	0:51	17	4:25
última vuelta Zie	1.28	6:39	5:11	2	0:30	18	2:01	5.00	23:58	4:47	2	1:21	18	6:26