



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

evaluación detallada

Großmann, Heino

Asociación: SV Gehren

Dorsal: 284

recorrido: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 49:09

velocidad: 12.21 km/h

rendimiento en carrera: 4:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 44 (de 84)

posición en el recorrido/Men: 40 (de 61)

mejor tiempo del recorrido: 37:26

posición en la categoría: 3(de 5)

mejor tiempo en la categoría: 41:36

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	
				retraso	posición	Men				retraso	posición	Men		
vuelta 1	1.67	7:42	4:36	3	1:05	41	1:41	1.67	7:42	4:36	3	1:05	41	1:41
vuelta 2	2.35	11:34	4:55	4	1:44	42	2:34	4.02	19:16	4:47	4	2:49	43	4:10
vuelta 3	2.35	11:53	5:03	3	2:03	40	2:55	6.37	31:09	4:53	4	4:52	41	6:56
vuelta 4	2.35	11:49	5:01	3	1:51	38	2:57	8.72	42:58	4:55	3	6:43	40	9:52
última vuelta Zie	1.28	6:11	4:49	4	0:50	41	1:51	10.00	49:09	4:54	3	7:33	40	11:43