



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

## evaluación detallada

**Herrmann, Maik**

Asociación: SC Impuls Erfurt / TRCT  
Dorsal: 326

recorrido: 10.00 km  
10-km-Lauf

categoría:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 42:47

velocidad: 14.02 km/h  
rendimiento en carrera: 4:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 12 (de 66)  
posición en el recorrido/Men: 11 (de 48)  
mejor tiempo del recorrido: 36:19

posición en la categoría: 1(de 5)  
mejor tiempo en la categoría: 42:47

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

| control           | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | stage score           |                |                 |                | Total score |                 |                 |                       |                |                 |                |
|-------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|----------------|
|                   |             |                 |                 | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>Men | retraso<br>Men | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>Men | retraso<br>Men |
| vuelta 1          | 1.67        | 6:46            | 4:03            | 1                     | -              | 13              | 0:58           | 1.67        | 6:46            | 4:03            | 1                     | -              | 13              | 0:58           |
| vuelta 2          | 2.35        | 9:54            | 4:12            | 1                     | -              | 11              | 1:25           | 4.02        | 16:40           | 4:08            | 1                     | -              | 11              | 2:22           |
| vuelta 3          | 2.35        | 10:05           | 4:17            | 1                     | -              | 11              | 1:29           | 6.37        | 26:45           | 4:11            | 1                     | -              | 11              | 3:51           |
| vuelta 4          | 2.35        | 10:23           | 4:25            | 1                     | -              | 11              | 1:34           | 8.72        | 37:08           | 4:15            | 1                     | -              | 11              | 5:24           |
| última vuelta Zie | 1.28        | 5:39            | 4:24            | 1                     | -              | 11              | 1:04           | 10.00       | 42:47           | 4:16            | 1                     | -              | 11              | 6:28           |