



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

evaluación detallada

Gerngroß, Thomas

Asociación: ThSV 1886 Geschwenda

Dorsal: 317

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 47:59

velocidad: 12.50 km/h

rendimiento en carrera: 4:48 min/km

posición en el recorrido/Total: 24 (de 66)

posición en el recorrido/Men: 21 (de 48)

mejor tiempo del recorrido: 36:19

posición en la categoría: 6(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 40:17

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
			Men	Men	Men				Men	Men	Men			
vuelta 1	1.67	7:49	4:40	7	1:17	32	2:01	1.67	7:49	4:40	7	1:17	32	2:01
vuelta 2	2.35	11:11	4:45	7	1:42	24	2:42	4.02	19:00	4:43	7	2:52	26	4:42
vuelta 3	2.35	11:27	4:52	5	1:53	19	2:51	6.37	30:27	4:46	7	4:45	26	7:33
vuelta 4	2.35	11:29	4:53	5	2:00	20	2:40	8.72	41:56	4:48	6	6:45	22	10:12
última vuelta Zie	1.28	6:03	4:43	4	0:57	18	1:28	10.00	47:59	4:47	6	7:42	21	11:40