



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

evaluación detallada

Pawlik, Gerd

Asociación: Pawliks Lauffamily

Dorsal: 181

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

tiempo total: 56:20

velocidad: 10.65 km/h

rendimiento en carrera: 5:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 53 (de 68)

posición en el recorrido/Men: 43 (de 52)

mejor tiempo del recorrido: 36:20

posición en la categoría: 3(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 46:20

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición Men	retraso Men		
vuelta 1	1.67	8:30	5:05	3	1:35	46	2:52	1.67	8:30	5:05	3	1:35	46	2:52
vuelta 2	2.35	13:08	5:35	3	2:25	44	4:26	4.02	21:38	5:22	3	4:00	45	7:18
vuelta 3	2.35	13:33	5:45	3	2:35	44	4:53	6.37	35:11	5:31	3	6:35	45	12:11
vuelta 4	2.35	13:48	5:52	3	2:22	44	5:06	8.72	48:59	5:37	3	8:57	45	17:17
última vuelta Ziel	1.28	7:21	5:44	3	1:03	42	2:43	10.00	56:20	5:38	3	10:00	43	20:00