



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## evaluación detallada

**Münch, Andreas**

Asociación: Nesselal OT Pfullendorf

Dorsal: 206

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 40:31

velocidad: 14.81 km/h

rendimiento en carrera: 4:03 min/km

posición en el recorrido/Total: 6 (de 68)

posición en el recorrido/Men: 6 (de 52)

mejor tiempo del recorrido: 36:20

posición en la categoría: 1(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 40:31

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso			Total km	Total tiempo	Total posición	retraso			Total posición	retraso
				posición	retraso	Men				posición	retraso	Men		
vuelta 1	1.67	6:08	3:40	1	-	7	0:30	1.67	6:08	3:40	1	-	7	0:30
vuelta 2	2.35	9:30	4:02	1	-	7	0:48	4.02	15:38	3:53	1	-	7	1:18
vuelta 3	2.35	9:39	4:06	1	-	6	0:59	6.37	25:17	3:58	1	-	7	2:17
vuelta 4	2.35	9:53	4:12	1	-	8	1:11	8.72	35:10	4:01	1	-	7	3:28
última vuelta Zie	1.28	5:21	4:10	1	-	7	0:43	10.00	40:31	4:03	1	-	6	4:11