



# 32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

## evaluación detallada

**sascha grune**

Asociación: Rennsteig-Borussen

Dorsal: 271

recorrido: 10.00 km

10-km-Lauf (A-B-C Cup)

categoría:

Senioren M40 (40-44) L

tiempo total: 47:45

velocidad: 12.57 km/h

rendimiento en carrera: 4:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 19 (de 67)

posición en el recorrido/Men: 16 (de 42)

mejor tiempo del recorrido: 39:22

posición en la categoría: 7(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 41:39

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
Hammerecke	1.67	7:27	4:27	7	0:56	16	1:23	1.67	7:27	4:27	7	0:56	16	1:23
Hammerecke	2.35	11:09	4:44	7	1:31	17	1:53	4.02	18:36	4:37	7	2:27	16	3:16
control	2.35	11:32	4:54	7	1:30	16	2:09	6.37	30:08	4:43	7	3:57	17	5:25
control	2.35	11:25	4:51	4	1:16	12	1:54	8.72	41:33	4:45	7	5:13	17	7:19
Ziel	1.28	6:12	4:50	5	0:53	14	1:04	10.00	47:45	4:46	7	6:06	16	8:23