



# 32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

## evaluación detallada

**Nico Arndt**

Asociación: SSV Erfurt-Nord

Dorsal: 267

recorrido: 10.00 km

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

categoría:

Senioren M45 (45-49) L

tiempo total: 41:36

velocidad: 14.42 km/h

rendimiento en carrera: 4:09 min/km

posición en el recorrido/Total: 3 (de 67)

posición en el recorrido/Men: 3 (de 42)

mejor tiempo del recorrido: 39:22

posición en la categoría: 1(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 41:36

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisión	retraso categoría	stage score		Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	Total score			
					posición Men	retraso Men					posición Men	retraso Men		
Hammerecke	1.67	6:52	4:06	2	0:21	10	0:48	1.67	6:52	4:06	2	0:21	10	0:48
Hammerecke	2.35	9:49	4:10	1	-	5	0:33	4.02	16:41	4:09	2	0:17	7	1:21
control	2.35	9:51	4:11	1	-	3	0:28	6.37	26:32	4:09	2	0:02	7	1:49
control	2.35	9:45	4:08	1	-	2	0:14	8.72	36:17	4:09	1	-	3	2:03
Ziel	1.28	5:19	4:09	1	-	3	0:11	10.00	41:36	4:09	1	-	3	2:14