



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	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				km	tiempo	min/km	categoría
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