



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

## Exploitation détaillée

**Gerngroß, Thomas**

Association: ThSV 1886 Geschwenda  
Dossard: 317

Circuit: 10.00 km  
10-km-Lauf

Catégorie:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 47:59

Vitesse: 12.50 km/h  
Kilométrage: 4:48 min/km

Place par parcours/Total: 24 (de 66)  
Place par parcours/Hommes: 21 (de 48)

Meilleur temps dans le parcours: 36:19

Place par catégorie: 6(de 9)

Meilleur temps dans la catégorie: 40:17

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homme	catg.Homme			km	Temps
Tour 1	1.67	7:49	4:40	7	1:17	32	2:01	1.67	7:49	4:40	7	1:17	32	2:01
Tour 2	2.35	11:11	4:45	7	1:42	24	2:42	4.02	19:00	4:43	7	2:52	26	4:42
Tour 3	2.35	11:27	4:52	5	1:53	19	2:51	6.37	30:27	4:46	7	4:45	26	7:33
Tour 4	2.35	11:29	4:53	5	2:00	20	2:40	8.72	41:56	4:48	6	6:45	22	10:12
Dernier temps Zi	1.28	6:03	4:43	4	0:57	18	1:28	10.00	47:59	4:47	6	7:42	21	11:40