



## 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

### Exploitation détaillée

Lipfert, Kai-Uwe

Association: Saalfelder LV

Dossard: 408

Circuit: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Catégorie:

Männer M45

Temps total: 50:12

Vitesse: 11.95 km/h

Kilométrage: 5:01 min/km

Place par parcours/Total: 107 (de 153)

Place par parcours/Hommes: 101 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 17(de 18)

Meilleur temps dans la catégorie: 36:22

### 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	1.29	6:14	4:49	17	5:07	107	5:07	1.29	6:14	4:49	3	2:41	108	1:41
Tour 2	2,075.00	10:21	0:00	16	7:32	105	7:32	2,076.29	16:35	0:00	3	9:02	108	6:02
Tour 3	2,075.00	10:28	0:00	16	7:28	106	7:28	4,151.29	27:03	0:00	3	16:30	108	9:30
Tour 4	2,075.00	10:38	0:00	18	3:38	102	10:10	6,226.29	37:41	0:00	3	20:08	108	13:08
Tour 5	2,075.00	10:32	0:00	16	4:32	95	6:32	8,301.29	48:13	0:00	3	20:40	106	11:40
Dernier temps Ar	411.00	1:59	0:00	12	0:16	76	0:40	10.00	50:12	5:01	17	13:50	101	18:42