



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Exploitation détaillée

**Rückert, Uwe**

Association: Arnstadt

Dossard: 402

Circuit: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Catégorie:

Männer M40

Temps total: 50:52

Vitesse: 11.80 km/h

Kilométrage: 5:05 min/km

Place par parcours/Total: 113 (de 153)

Place par parcours/Hommes: 105 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 10(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:02

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Tour 1	1.29	5:57	4:36	9	1:06	94	4:50	1.29	5:57	4:36	10	0:06	111	1:24
Tour 2	2,075.00	10:00	0:00	9	4:00	99	7:11	2,076.29	15:57	0:00	10	0:07	111	5:24
Tour 3	2,075.00	10:41	0:00	10	2:38	112	7:41	4,151.29	26:38	0:00	10	0:45	111	9:05
Tour 4	2,075.00	11:00	0:00	10	3:00	108	10:32	6,226.29	37:38	0:00	10	0:26	15	13:05
Tour 5	2,075.00	11:10	0:00	10	2:34	105	7:10	8,301.29	48:48	0:00	10		109	12:15
Dernier temps Ar	411.00	2:04	0:00	7	0:26	83	0:45	10.00	50:52	5:05	10	9:50	105	19:22