



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Exploitation détaillée

Wahl, Immo

Association: Sportfreunde Thüringer Wald
Dossard: 436

Circuit: 10.00 km
Köstritzer Lauf

Catégorie:
Männer M30

Temps total: 51:35

Vitesse: 11.63 km/h
Kilométrage: 5:10 min/km

Place par parcours/Total: 116 (de 153)
Place par parcours/Hommes: 108 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 15(de 18)

Meilleur temps dans la catégorie: 33:15

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard		Place catg.Homme	Retard Hommes	Total		Place catg.	Retard		Place catg.Homme	Retard Hommes
	km	Temps			catg.Homme	Hommes			km	Temps		catg.Homme	Hommes		
Tour 1	1.29	6:21	4:55	15	2:13	110	5:14		1.29	6:21	4:55	5	1:06	113	1:48
Tour 2	2,075.00	10:49	0:00	16	3:52	114	8:00		2,076.29	17:10	0:00	5	2:52	113	6:37
Tour 3	2,075.00	10:40	0:00	16	3:42	111	7:40		4,151.29	27:50	0:00	5	4:24	113	10:17
Tour 4	2,075.00	10:40	0:00	13	3:48	104	10:12		6,226.29	38:30	0:00	5	5:44	113	13:57
Tour 5	2,075.00	11:12	0:00	14	4:20	106	7:12		8,301.29	49:42	0:00	4	7:52	111	13:09
Dernier temps Ar	411.00	1:53	0:00	10	0:25	59	0:34		10.00	51:35	5:09	15	18:20	108	20:05