



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Exploitation détaillée

Böttner, Roland

Association: Karateverein Arnstadt

Dossard: 403

Circuit: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Catégorie:

Männer M55

Temps total: 54:09

Vitesse: 11.08 km/h

Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 130 (de 153)

Place par parcours/Hommes: 117 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 10(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 38:34

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	6:42	5:11	10	2:02	114	5:35	1.29	6:42	5:11	11	2:01	116	2:09
Tour 2	2,075.00	10:31	0:00	9	2:41	109	7:42	2,076.29	17:13	0:00	11	4:42	114	6:40
Tour 3	2,075.00	10:43	0:00	9	2:37	114	7:43	4,151.29	27:56	0:00	11	7:19	119	10:23
Tour 4	2,075.00	11:49	0:00	10	3:43	116	11:21	6,226.29	39:45	0:00	11	11:02	119	15:12
Tour 5	2,075.00	12:09	0:00	10	4:00	116	8:09	8,301.29	51:54	0:00	11	15:02	117	15:21
Dernier temps Ar	411.00	2:15	0:00	9	0:34	100	0:56	10.00	54:09	5:24	10	15:35	117	22:39