



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Exploitation détaillée

Kupfer, Jörg

Association: Lauffreunde Gotha

Dossard: 316

Circuit: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Catégorie:

Männer M45

Temps total: 41:52

Vitesse: 14.33 km/h

Kilométrage: 4:11 min/km

Place par parcours/Total: 42 (de 153)

Place par parcours/Hommes: 42 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 7(de 18)

Meilleur temps dans la catégorie: 36:22

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	5:16	4:04	9	4:09	58	4:09	1.29	5:16	4:04	17	1:43	11	0:43
Tour 2	2,075.00	8:28	0:00	6	5:39	44	5:39	2,076.29	13:44	0:00	17	6:11	11	3:11
Tour 3	2,075.00	8:37	0:00	5	5:37	39	5:37	4,151.29	22:21	0:00	17	11:48	11	4:48
Tour 4	2,075.00	8:42	0:00	6	1:42	40	8:14	6,226.29	31:03	0:00	17	13:30	11	6:30
Tour 5	2,075.00	8:52	0:00	5	2:52	39	4:52	8,301.29	39:55	0:00	16	12:22	11	3:22
Dernier temps Ar	411.00	1:57	0:00	8	0:14	69	0:38	10.00	41:52	4:11	7	5:30	42	10:22