



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Exploitation détaillée

Grunwald, Maxe

Association: Katholische Laufjugend Arnstadt
Dossard: 325

Circuit: 10.00 km
Köstritzer Lauf

Catégorie:
Männer M30

Temps total: 45:16

Vitesse: 13.25 km/h
Kilométrage: 4:32 min/km

Place par parcours/Total: 67 (de 153)
Place par parcours/Hommes: 65 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 8(de 18)

Meilleur temps dans la catégorie: 33:15

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	
Tour 1	1.29	5:24	4:11	8	1:16	67	4:17	1.29	5:24	4:11	18	0:09	21	0:51															
Tour 2	2,075.00	8:56	0:00	7	1:59	62	6:07	2,076.29	14:20	0:00	18	0:02	21	3:47															
Tour 3	2,075.00	9:34	0:00	8	2:36	72	6:34	4,151.29	23:54	0:00	18	0:28	21	6:21															
Tour 4	2,075.00	9:47	0:00	8	2:55	74	9:19	6,226.29	33:41	0:00	18	0:55	21	9:08															
Tour 5	2,075.00	9:50	0:00	9	2:58	74	5:50	8,301.29	43:31	0:00	18	1:41	20	6:58															
Dernier temps Ar	411.00	1:45	0:00	7	0:17	41	0:26	10.00	45:16	4:31	8	12:01	65	13:46															