



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Exploitation détaillée

### Kneise, Wolfram

Association: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Dossard: 324

Circuit: 10.00 km  
Köstritzer Lauf

Catégorie:  
Männer M20

Temps total: 42:32

Vitesse: 14.11 km/h  
Kilométrage: 4:15 min/km

Place par parcours/Total: 46 (de 153)  
Place par parcours/Hommes: 45 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 19(de 32)

Meilleur temps dans la catégorie: 31:30

### 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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Tour 1	1.29	5:14	4:03	20	1:21	56	4:07	1.29	5:14	4:03	31	1:07	22	0:41
Tour 2	2,075.00	8:43	0:00	18	2:54	52	5:54	2,076.29	13:57	0:00	31	4:01	22	3:24
Tour 3	2,075.00	8:53	0:00	17	4:32	46	5:53	4,151.29	22:50	0:00	31	8:33	22	5:17
Tour 4	2,075.00	9:04	0:00	19	8:36	48	8:36	6,226.29	31:54	0:00	31	17:09	22	7:21
Tour 5	2,075.00	9:05	0:00	17	2:35	49	5:05	8,301.29	40:59	0:00	31	16:14	21	4:26
Dernier temps Ar	411.00	1:33	0:00	10	0:14	13	0:14	10.00	42:32	4:15	19	11:02	45	11:02