



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Exploitation détaillée

Roubitschek, Silvio

Association: SV Hermsdorf

Dossard: 307

Circuit: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Catégorie:

Männer M45

Temps total: 39:57

Vitesse: 15.02 km/h

Kilométrage: 4:00 min/km

Place par parcours/Total: 30 (de 153)

Place par parcours/Hommes: 30 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 2(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	4:33	3:31	4	3:26	28	3:26	1.29	4:33	3:31	10	1:00	1	-
Tour 2	2,075.00	5:00	0:00	3	2:11	3	2:11	2,076.29	9:33	0:00	10	2:00	2	
Tour 3	2,075.00	7:00	0:00	2	4:00	12	4:00	4,151.29	16:33	0:00	10	6:00	2	
Tour 4	2,075.00	8:00	0:00	3	1:00	20	7:32	6,226.29	24:33	0:00	10	7:00	1	-
Tour 5	2,075.00	6:00	0:00	1	-	3	2:00	8,301.29	30:33	0:00	10	3:00	2	
Dernier temps Ar	411.00	9:24	0:01	15	7:41	122	8:05	10.00	39:57	3:59	2	3:35	30	8:27